ما تحت الأقنعة

اعرف شخصيتك وشخصيات من تعرف

الحيل النفسية

أخطاء التفكير

- أمثلة من أرض الواقع
- شواهد شعرية ونثرية

د. محمد بن عبدالله الصغيّر

الحكم على الشخصيات بين الخطأ والصواب

الشخصية بين السواء والاعتدال

- بين العقل والعاطفة
- بين الخجل والعدوان
- بين الغرور واحتقار الذات
- بين الانزواء وطلب الأضواء
- بين الذكاء والحياء
- بين الرأفة والغلظة

الشخصية ⇅ التدين

د/ فؤاد بن عبد الكريم العبد الكريم
جوال: ٠٥٠٥٤٩٩٨٨٢
نورة بنت صالح العويد
١٥٨
٣٢٥م

ماتحت الأقنعة

اعرف شخصيتك وشخصيات من تعرف

د. محمد بن عبدالله الصغيّر

ⓒ محمد عبدالله الصغير ، ١٤٢٢هـ
فهرسة مكتبة الملك فهد الوطنية أثناء النشر
الصغير ، محمد عبدالله
ما تحت الأقنعة .ـ الرياض.
٣٧٦ ص ، ١٧ × ٢٤ سم
ردمك : ٦ ـ ٩٥١ ـ ٣٩ ـ ٩٩٦٠
١ ـ الشخصية ٢ ـ الاضطرابات الشخصية
أ ـ العنوان ٣ ـ المقياس النفسي
ديوي ١٥٥,٢٣ ٢٢/٤٢٤٥

رقم الإيداع: ٢٢/٤٢٤٥
ردمك: ٦ ـ ٩٥١ ـ ٣٩ ـ ٩٩٦٠

حقوق الطبع محفوظة
ويمنع التخزين والنشر بأي شكل
إلا بإذن خطي من (عقان) الإعلامية

الطبعة الأولى:
١٤٢٢هـ ـ ٢٠٠٢م

بسم الله الرحمن الرحيم

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على نبينا محمد وآله وصحبه أجمعين وبعد :

إن دراسة الشخصية الإنسانية أخذت حيزاً لا بأس به من اهتمام عدد كبير من الباحثين في العلوم النفسية والاجتماعية والطبية وظهر في هذا المجال عدد من الدراسات والأبحاث والمؤلفات المتنوعة المفيدة في مجالها، ولكن الغالب على تلك الجهود أنها محصورة الفائدة في أهل التخصص وقلّما ينتفع بها غير المختصين مما يقلل من نفعها للمجتمع في وقت صار المجتمع فيه بأمسّ الحاجة وأشد الفاقة إلى العلوم الإنسانية النفسية والاجتماعية سواء ما يبحث منها في أحوال الصحة أو الاعتلال وذلك لتغلغل تلك العلوم في معظم مجالات حياة الإنسان اليوم (في التربية والتعليم والطب والتوظيف والتجارة والسياسة وغير ذلك).

وهذا الكتاب محاولة لتيسير معرفة الطباع الشخصية وتقريبها لغير المختصين وتفعيل هذه المعرفة في حياتنا الاجتماعية بل والشخصية لما لذلك من أثر كبير في تطوير الفرد لنفسه والرقي بالحياة الاجتماعية في سلم النضج الاجتماعي والنجاح والتقدم.

وقد اقتضت طبيعة الموضوع بعض التباعد اليسير عن المنهجية العلمية الصارمة المتبعة في الكتب العلمية وبعض الاقتراب من الروح الاجتماعية السائدة في عصرنا ومجتمعنا اليوم ومن ذلك الاستشهاد ببعض الأمثلة العامية والأبيات

النبطية وسياق بعض العبارات باللهجة العامية [١] المحلية مما نعايشه في حياتنا الاجتماعية داخل الأسرة وخارجها، إضافة إلى الاستشهادات من القرآن والسنة والشعر الفصيح والأدب المنثور من حكم وأمثال وأقوال معبرة.

وقد اخترت هذا العنوان الواضح المباشر «**اعرف شخصيتك وشخصيات من تعرف**»[٢] وإن كان المحتوى ليس بتلك الدرجة من المباشرة والوضوح وذلك بسبب طبيعة كثير من جوانب موضوع الشخصية وحسبي أني اجتهدت في التوضيح قد الاستطاعة.

* * *

(١) ولا أظن هذا دعوة لإعلاء شأن العامية في مقابل لغتنا العربية الفصحى لغة القرآن الكريم والتي لها مكانتها في قلوب المسلمين ولا سيما أولئك الغيورين عليها.

(٢) من الصعب الحكم على شخصيات من لا تعرف، لأن ذلك مدعاة للوقوع في الخطأ، وإن كان الواحد منا يستطيع إعطاء حكم أولي وتصور ابتدائي من خلال معرفة بعض الصفات الجوهرية في شخصية فرد ما.

لماذا نهتم بالشخصية؟

إننا بحاجة إلىٰ أن نعرف حقيقة طباعنا وصفاتنا الشخصية لنوظفها فيما يخدم مصالحنا (الدينية والدنيوية)، لا لنتخذ من ذلك سلاحًا (سهامًا ودروعًا) نقارع بها غيرنا أو لنحتمي من أسلحتهم.

كم من عيوب في شخصيتك لا تعلمها أو تقلل من شأنهاوهي تضرك من حيث لا تدري.

وكم من مزايا ومحاسن فيك تغفل عنها أو تهملها أو تقلل من أهميتها فتفوِّت علىٰ نفسك فرص الانتفاع بها.

وكم من أقوال قلتها وأفعال فعلتها لم تكن تدرك دوافعك إليها، وكم من أشخاص وقع بينك وبينهم خلاف بسبب اختلاف في طباعكما.

وكم من والد ووالدةٍ (ومربٍ ومربية، ومعلم ومعلمة) كادوا أن يفشلوا في التربية أو التعليم (أو فشلوا) بسبب ضعف معرفتهم بتقويم تلك الشخصيات وطريقة التعامل معها.

وكم من زوجين يسود حياتهما الخلاف والشقاق بسبب عدم توافق طباعهما واختلاف صفاتهما.

وكم من تاجر تضرر في تجارته بسبب علة في شخصيته (أو في شخصية غيره) وكم من خصلة في فرد واحد أرهقت جماعة كبيرة (أسرة أو عشيرة أو مجتمعًا بأكمله).

كم في العيادات النفسية وفي المجتمع عمومًا من مشكلات كثيرة ومعاناة متنوعة نفسية واجتماعية واقتصادية مرجعها إلىٰ علل في شخصيات بعض الأفراد وخلل في صفاتهم قد لا يدركونه.

الباب الأول

كيان الشخصية

١- المراد بالشخصية

٢- أهم العوامل المؤثرة في تكوين الشخصية

٣- محركات الشخصية

(١) المراد بالشخصية

- تساؤلات
- استعراض تاريخي لكلمة الشخصية
- تحديد المراد بالشخصية
- سمات الشخصية
- لفظ الشخصية عند العرب
- تصورات الفرد ومن حوله عن الشخصية

ما المراد بالشخصية؟

هل الشخصية ما يعكسه المظهر الخارجي للشخص؟

أم إنها الصفات الداخلية الموجودة في نفسية الشخص من مشاعر وعواطف وأحاسيس وأفكار؟

أم هي التصرفات والسلوكيات المتنوعة التي يقوم بها الشخص؟

أم تراها طريقة التعامل مع الناس والتفاعل مع أحداث الحياة؟

أم هي القيمة الاجتماعية للشخص وما له من وجاهة أو هيبة ووقار؟

أم هي غير ذلك، فماذا تكون إذن؟

للإجابة على هذه التساؤلات ولتحديد المراد بالشخصية يُفضّل استعراض تاريخ كلمة «الشخصية» استعراضًا سريعًا.

إن كلمة «**شخصية**» (بالإنجليزية PERSONALITY) مستمدة من اللغة اللاتينية القديمة، فقد كان لفظ «برسونا» PERSONA وحده هو المستخدم وكان يعني القناع ولقد ارتبط هذا اللفظ بالمسرح اليوناني القديم إذْ اعتاد ممثلو اليونان والرومان في العصور القديمة ارتداء أقنعة على وجوههم لكي يعطوا انطباعًا عن الدور الذي يقومون به، وفي الوقت نفسه لكي يجعلوا من الصعب التعرف على الشخصيات التي تقوم بهذا الدور. فالشخصية ينظر إليها من ناحية ما يعطيه قناع الممثل من انطباعات، أو من ناحية كونها غطاء يختفي وراءه الشخص «الحقيقي» ومع مرور الزمن أُطلق لفظ «برسونا» على الممثل نفسه أحيانًا، وعلى الأشخاص عامة أحيانًا

أخرىٰ، وربما كان ذلك علىٰ أساس أن «الدنيا مسرح كبير، وأن الناس جميعًا ليسوا سوىٰ ممثلين علىٰ مسرح الحياة»[1].

ومن الباحثين النفسانيين من يرجعها إلىٰ كلمة يونانية أخرىٰ هي: (PERSONARE) والتي تعني: «عن طريق الصوت»، أي: معرفة الصفات الشخصية من خلال المحادثة مع الشخص ومحاورته والاستماع إلىٰ تعبيره عن صفاته وأخلاقه.

وسواء كان الأصل الذي استمدت منه كلمة الشخصية، القناع (PERSONA) أم عن طريق الصوت (PERSONARE) فالمعنىٰ متقارب جداً.

ومع تقدم العلوم الإنسانية وتطور الأبحاث النفسية اصطلح الباحثون النفسانيون علىٰ استخدام كلمة الشخصية للدلالة علىٰ الصفات المعنوية الملازمة للشخص وإن اختلفوا بعض الاختلاف في التعريفات الدقيقة لهذا المصطلح (الشخصية) والتي زادت علىٰ خمسين تعريفًا يدور معظمها حول المعنىٰ نفسه.

المراد بالشخصية:

هي مجموع الخصال والطباع المتنوعة الموجودة في كيان الشخص باستمرار، والتي تميّزه عن غيره وتنعكس على تفاعله مع البيئة من حوله بما فيها من أشخاص ومواقف، سواء في فهمه وإدراكه أم في مشاعره أم في سلوكه وتصرفاته ومظهره الخارجي، ويضاف إلى ذلك القيم والميول والرغبات والمواهب والقدرات والأفكار والتصورات الشخصية.

---

(١) انظر سيكولوجية الشخصية ـ د. سيد غنيم. والعبارة الأخيرة مقولة مشهورة لشكسبير الكاتب المسرحي.

فالشخصية إذن لا تقتصر على المظهر الخارجي للفرد ولا على الصفات النفسية الداخلية أو التصرفات والسلوكيات المتنوعة التي يقوم بها وإنما هي نظام متكامل من هذه الأمور مجتمعة مع بعضها ويؤثر بعضها في بعض مما يعطي طابعًا محددًا للكيان المعنوي للشخص.

«فكل صفة تميز الشخص عن غيره من الناس تؤلف جانبًا من شخصيته، فذكاؤه وقدراته الخاصة وثقافته وعاداته ونوع تفكيره وآراؤه ومعتقداته من مقومات شخصيته، كذلك مزاجه ومدى ثباته الانفعالي ومستوى طموحه وما يحمله في أعماق نفسه من مخاوف وعقد مختلفة وما يتسم به من صفات اجتماعية وخلقية كالصدق أو الكذب، التسامح أو التشدد، الانطواء أو الانبساط .. هذا كله إلى ما يتميز به من صفات جسمية كالقوة والجمال ورشاقة الحركات وحدة الحواس»(١)

سمات الشخصية:

«**السمة:** ميل ثابت نسبيًا إلى نوع معين من السلوك، أي: يبدو أثره في عدد كبير من المواقف المختلفة، فالسيطرة استعداد أو ميل إلى الظهور أو التسلط في أكثر المواقف التي تعرض للمسيطر ... والمثابرة استعداد للاستمرار في العمل رغم صعوبته وجفافه في مواقف كثيرة يختلف فيها نوع العمل ... فالسمات التي تميز شخصيات الناس بعضها عن بعض ليست صفات طارئة عابرة عارضة أي: تتوقف على المواقف الخاصة التي تعرض للفرد بل صفات ثابتة نسبيًا أي: يبدو أثرها لديه في عدد كبير من المواقف المختلفة، وعلى هذا **فمعرفة سمة معينة لشخص تعين على التنبؤ بسلوكه إلى حد كبير** ... واختلاف السلوك باختلاف

(١) أحمد عزت راجح، أصول علم النفس ـ دار القلم، بيروت.

الموقف لا ينفي وجود سمات ثابتة نسبيًا لدىٰ الفرد»[١].

لفظ «الشخصية» عند العرب.

لم يكن العرب يستخدمون لفظ «الشخصية» للدلالة علىٰ الصفات المعنوية والطباع والأخلاق، حيث إن مادة «شخص» عند العرب تدل علىٰ الارتفاع والبروز والظهور المدرك بحاسة البصر، فيقولون: شخص الرجل فهو شخيص أي: جسيم، وشخص من البلدة إذا خرج منها وظهر بارزًا، والشخص: كل جسم له ارتفاع وظهور، وشَخْص الإنسان جسمه سواء كان ذكرًا أم أنثىٰ، وجمْع الشخص أشخاص وشخوص وشخاص[٢].

ويستخدم العرب للصفات المعنوية عدة ألفاظ منها:

الخصال ـ الخلال ـ الخلائق ـ الخُلق ـ الأخلاق ـ السجايا ـ الطباع ـ الشمائل.

قال الرسول ﷺ للأشج (رضي الله عنه): «**إن فيك لخصلتين يحبهما الله؛ الحلم والأناة، قال: يا رسول الله، قديمًا كانا فيّ أو حديثًا؟ قال: قديمًا. قال: الحمد لله الذي جبلني على خلقين يحبهما**» صححه ابن حبان.

وقال الله ﷺ: «**أربع من كن فيه كان منافقًا خالصًا، ومن كانت فيه خصلة منهن كانت فيه خصلة من النفاق حتى يدعها، إذا ائتمن خان، وإذا حدث كذب، وإذا عاهد غدر وإذا خاصم فجر**» رواه البخاري.

ة ولا سيما إذا**فاقنع بما قسم المليك، فإنما** **قسم الخلائق بيننا علاَّمُها**

وقال غيره: **يزين الكسائيَّ الأغرَّ خليقُه** **إذا فضحت بعضَ الرجال الخلائقُ**

---

(١) المرجع السابق.

(٢) انظر لسان العرب، ابن منظور (٧/ ٥١).

وقال حافظ إبراهيم:

وإني لتطربي الخلال كريمة طرب الغريب بأوبة وتلاقِ

فإذا رزقت خليقة محمودة فقد اصطفاك مقسم الأرزاقِ

والخُلق يريدون به السجايا الراسخة في النفس والتي تدرك بالبصيرة[1].

وقد قال ﷺ: «**إن خياركم أحسنكم أخلاقًا**» رواه البخاري.

تصورات الفرد (ومن حوله) عن شخصيته

لكل فرد شخصيته الخاصة به والتي تميزه عن غيره وبها يعرف بين من يتعامل معهم أيًا كانت صفات تلك الشخصية من حيث الحسن والقبح والقوة والضعف.

والناس يختلفون ويتشابهون في شخصياتهم بحسب ما يشتركون فيه من الصفات وبحسب ما يتباعدون ويتباينون فيه من الخلال والطباع.

وقد تختلف صفات الإخوة وهم من نتاج صلب رجل واحد ورحم واحد بينما تتشابه صفات أناس لا رابط بينهم من نسب ولا صحبة ولا معاشرة.

وكما إنهم يختلفون في حقيقة طباعهم وجوهر سجاياهم ومعدن أخلاقهم فإنهم يختلفون أيضًا في تصور كل منهم لحقيقة شخصيته وتصوّر الصفات التي يطمح أن يتصف بها وتصور تقويم الآخرين له وانطباعهم عنه وأيضًا يختلف الناس في تصورهم لشخصية فردٍ ما، وفي الجدول الآتي شيء من بيان ذلك.

---

(١) انظر التعريفات للجرجاني ١٣٥، والمفردات في غريب القرآن للراغب الأصفهاني ١٥٨.

التصـــــور	قربه من واقع الشخص ومن التوسط
١ـ تصور الفرد لحقيقة شخصيته .	أ ـ يطابق حقيقة الشخصية أو قريب منه . ب ـ فيه مبالغة (رفع للنفس فوق مكانتها) . ج ـ فيه بخس للنفس وحط من قدرها .
٢ـ تصور الفرد للصفات التي يطمح أن يتصف بها .	أ ـ فيه اعتدال وتوسط . ب ـ فيه مغالاة ومبالغة . ج ـ تصور محدود (دون إمكانات الشخص) .
٣ـ تصور الفرد لانطباع الآخرين عن صفاته .	أ ـ يطابق حقيقة تصورهم عنه أو قريب منه . ب ـ فيه زيادة أو نقص . ج ـ فيه خطأ (تحسين أو تقبيح) .
٤ ـ تصور الآخرين لحقيقة الشخص .	أ ـ يطابق حقيقة شخصيته أو قريب منه . ب ـ فيه زيادة أو نقص . ج ـ فيه خطأ (تحسين أو تقبيح) .

إن هذه التصورات يؤثر بعضها في بعض، وتتفاعل فيما بينها بصفة مستمرة فالشخص الذي يبالغ في تقديره لنفسه ويرفعها فوق مكانتها (١ ـ ب) غالبًا ما يبالغ في تصوره عن قيمته عند الآخرين فيرىٰ لنفسه عندهم مكانة عالية (٣ ـ ب) وهذا يؤثر علىٰ تصور الآخرين لحقيقة شخصيته سلبًا أو إيجابًا (٤ ـ ب) ومن ثم يظهر أثر ذلك علىٰ تصوره للصفات التي يطمح إليها (٢ ـ ب) وهذا الأخير يؤثر في الأول وهكذا تستمر التأثيرات بدائرة مغلقة وربما بأشكال متنوعة غير التي ذكرت .

وكذلك الشأن في الشخص الذي لا يقدر نفسه حق قدرها، ومثل ذلك يقال في الشخص المعتدل المتزن في تصوراته المتنوعة.

إن التوافق بين هذه التصورات أمر مهم في حياة الفرد وله أثر كبير في تحديد طبيعة تعامل الشخص مع من حوله وتفاعله مع مجتمعه وفي قدرته على التكيف النفسي والاجتماعي وعلى مواجهة الضغوط والأزمات في الحياة.

وكلما كان الفرد معتدلاً في تصوره وكان تصوره قريبًا من واقع شخصيته صار أقرب للصحة النفسية وللنجاح في ميادين الحياة بعد توفيق الله تعالى.

أأنفٌ في السماء وأُستٌ في الماء؟!

هذا من أمثال العرب المشهورة يقولونه إنكارًا على من يبالغ في اعتداده بنفسه وتعاليه وكبره فيذكِّرونه بواقع حاله وحقيقة أمره، إذ كيف يُعلي أنفه في السماء وهو يعلم أنه يكاد يلتصق بالماء، فإذا كان تصوره عن نفسه فيه تضخيم فليعرف تصور الآخرين عنه ليقترب من حقيقة واقعه ولا يطير في فضاء أحلام يقظته فيضر نفسه ويضر غيره.

* * *

(٢) أهم العوامل المؤثرة في تكوين الشخصية *

١ - الوراثة

٢ - الخِلقة

٣ - الأسرة وأساليب التنشئة

٤ - المؤثرات الثقافية والاجتماعية

٥ - الأزمات والعقبات النفسية

(*) هذا الموضوع فيه أبحاث نفسية كثيرة موسعة ومبثوثة في المراجع النفسية، وليس المراد هنا تفصيل ذلك، وإنما هي إشارات عابرة إلى أهم العوامل المؤثرة في تكوين الشخصية والتي ينبغي الالتفات إليها ومراعاتها لما لها من دور في معرفة شخصية الفرد وفهم صفاتها وتقويمها وكيفية التعامل معها.

١ـ الوراثـــة:

يُخلق الإنسان من نطفة أمشاج مختلطة من ماء أبيه وأمه فيرث من كل منهما العديد من الصفات والخصال عبر المورِّثات الموجودة في الصبغيات الوراثية داخل النطفة، الأمر الذي أكدته العديد من الدراسات والأبحاث العلمية الدقيقة في المجال الطبي وما يتعلق به من علوم الكيمياء الحيوية. وتحمل المورثات (الجينات) مئات الصفات المتنوعة وتنقلها من جيل الأجداد إلى الأبناء وإن لم يكن بعضها ظاهرًا في الآباء لأن من الصفات ما يكون كامنًا في المورثات ولا يظهر في الشخص نفسه وإنما يظهر في ذريته كما قد يوجد في الآباء صفات لا تظهر في ذريتهم، فكم من رجل طويل القامة وزوجته كذلك رزقوا بأبناء وبنات ليسوا كأبويهم في الطول والعكس صحيح.

وللوراثة دور في تكوين الجهاز العصبي (الإرادي وغير الإرادي) والجهاز الهرموني وغيرهما من أجهزة الجسم ومكوناته الحيوية التي لها دور هام في تحديد الاستعداد السلوكي للفرد. وقد أكد ذلك دراسات عديدة أجريت على التوائم المتطابقة وراثيًا (الناتجة من نطفة واحدة انشقت قسمين متطابقين تمام التطابق) حينما فُصلت تلك التوائم عن بعضها البعض ليعيش كل توأم في بيئة مختلفة، فوجد أن الصفات المزاجية لهما بقيت متشابهة كما هي لم تتأثر باختلاف البيئة الاجتماعية والثقافية.

وكذلك القدرات العقلية (الذكاء ـ الحفظ ـ الفهم . . .) للوراثة دور هام فيها.

ومهما كان للوراثة من دور في نقل بعض الصفات السلوكية ينبغي ألا نضخم هذا الدور وألا نغفل عن العوامل الأخرى الآتي ذكرها. وليس من الحكمة عزو الصفات السلبية كلها إلى الوراثة، واليأس من تعديلها وتهذيبها إذ إن كثيرًا من

الناس يجعل الوراثة شماعة يعلق عليها إنحراف بعض أولاده فتجد بعضهم يعزو سوء خلق أولاده إلى وراثة ذلك عن أخوالهم ويبرئ بذلك نفسه من أخطائه في التربية.

وقد بالغ في أهمية دور الوراثة عدد من الباحثين في العلوم الطبية وأهملوا دور الجوانب الاجتماعية وغيرها.

فلو كانت الأخلاق تُحوى وراثة ولو كانت الآراء لا تتشعبُ

لأصبح كل الناس قد ضمهم هوى كما أن كل الناس قد ضمهم أبُ

٢ ـ الخلقة:

أوضحت الدراسات الطبية في مجال التشريح ووظائف الأعضاء أن في الدماغ العديد من المراكز العصبية الحيوية التي تحكم وتدير العديد من العمليات العقلية والنفسية (التفكير ـ المشاعر ـ الإدراك ـ السلوك . . . .) مما له أثر كبير في تكوين الشخصية بغض النظر عما إذا كان تركيب الدماغ واستعداده الخلقي موروثًا من أحد الأسلاف أم لا.

أهم الوظائف العقلية والنفسية للدماغ.

* **وظائف الفص الأمامي:**

* التفكير وتحليل المعلومات وتركيبها ومقارنتها والقدرة على الاستنتاج.

* التركيز الذهني والفهم والحكم على الأمور والمواقف.

* ضبط الانفعالات والتحكم فيها.

* الحركات الإرادية في الجسم كله.

* المقدرة على النطق والتحكم في الكلام.

* الاستعداد للمهارات المتنوعة (الجرأة ـ اتخاذ القرارات ـ المبادرة . . .) .

• الفص الصدغي:

* فهم الكلام وإدراك معناه .

* استقبال المثيرات السمعية وفهمها .

* خزن المعلومات واسترجاعها (الذاكرة) .

• الفص الجداري:

* استقبال وإدراك معنى المثيرات الحسية الملموسة (الألم ـ الحرارة ـ البرودة ـ درجة الخشونة . . .) .

* التوفيق بين الإحساسات المتنوعة .

* تحديد وضع الجسد (قائم ـ قاعد ـ على جنب) واتجاهه وعلاقته بما حوله .

• الفص الخلفي:

* الإدراك البصري (الألوان ـ الأشكال ـ الأحجام ـ الأبعاد . . .)

• المخيخ:

* تنظيم التوازن في الجسم أثناء الوقوف والمشي والجري وحركات الأعضاء .

• جذع الدماغ:

* التحكم في تنظيم دقات القلب والتنفس .

* الوعي واليقظة والانتباه .

* الانعكاسات غير الإرادية (العطاس والقي والكحة والشهقة المتكررة) .

*** المهـــاد:**

* استقبال المعلومات(السمعية والبصرية والحسية . . .) وتنظيم توزيعها إلىٰ مراكز الإدراك في المناطق الأخرىٰ من الدماغ .

*** ما تحت المهاد (الوطاء):**

* تنظيم الوظائف الحيوية الأساسية (شهية الطعام ـ الرغبة الجنسية ـ أوقات النوم ـ حرارة الجسم . . .) .

* تنظيم الانفعالات والحالة المزاجية .

* تنظيم عمل الغدد الصماء .

وهناك العديد من المناطق العصبية غير المذكورة أعلاه لا يتسع المجال لتفصيلها .

يتفاوت الناس في قدراتهم العقلية والنفسية بناء علىٰ تفاوت كفاءة مراكزهم العصبية ودقة عملها :

ـ فبعضهم يتميز بقوة الفهم والتركيز والجرأة . . . (وظائف الفصّ الأمامي)

ـ وبعضهم يتميز بقوة التأمل والقدرة علىٰ الانصات الحسن والحفظ الجيد (وظائف الفص الصدغي) .

ـ وبعضهم يتميز بالمهارات الحسية والحركية كالخط ـ والرسم . . (وظائف الفص الجداري) .

فللخلقة (التركيب الحيوي للدماغ) دور مهم في طبيعة الصفات الشخصية لدىٰ الفرد وهذا قد يفسر جزئيًا الصعوبة البالغة التي نواجهها عندما نريد تغيير بعض الصفات لدىٰ بعض الأفراد .

٣ ـ الأسرة وأساليب التنشئة:

للأسرة دور كبير في النمو النفسي في المراحل المبكرة في حياة الإنسان لأنها البيئة الأولىٰ التي ترعىٰ البذرة الإنسانية بعد الولادة ومنها يكتسب الطفل الكثير من الخبرات والمعلومات والسلوكيات والمهارات والقدرات التي تؤثر في نموه النفسي إيجابًا أو سلبًا حسب نوعيتها وكميتها، وهي التي تشكل عجينة أخلاقه في مراحلها الأولىٰ.

والاستقرار الأسري له دور كبير في ذلك فكلما كانت الأسرة أكثر استقراراً صار الفرد فيها أكثر أمانًا وطمأنينة وثقة في نفسه وأقدر علىٰ التعامل الحسن مع الآخرين والتفاعل معهم بارتياح وصارت لديه القدرة علىٰ التواد والتعاطف والحنان والإيثار، والعكس بالعكس.

وموقع الفرد في الأسرة له أهميته النفسية المؤثرة في تكوين الشخصية فالولد الأكبر والولد الأصغر والابن الوحيد بين البنات لكل واحد منهم خصوصيته من حيث الاهتمام والرعاية والشفقة والحماية الزائدة أحيانًا. وقد يصيب بعض الأولاد شدة في التعامل وغلظة من قبل أبويهم بحسب ثقافة الأبوين ووعيهما وفهمهما لطرق التربية والتوجيه.

وللتنافس بين الإخوة دور في تشكيل بعض صفاتهم الشخصية يختلف باختلاف طبيعة التنافس وشدته فقد يكون له دور إيجابي في حفز الفرد إلىٰ إخراج المزيد من طاقاته وقدراته واستثمار أوقاته ونحو ذلك مما يخدمه ويعينه علىٰ النجاح، وقد يكون لذلك التنافس دور سلبي في كبت الطموح وتثبيط الهمة وملازمة الفشل.

ولأساليب التنشئة داخل الأسرة أثر بالغ في تشكيل العديد من الصفات المكتسبة لدىٰ الشخص فالتوازن بين الحنان والحزم يولد شخصيات متماسكة واثقة بنفسها ولديها القدرة علىٰ التحمل والمثابرة بخلاف المبالغة في الحنان والعطف

والرعاية والتدليل فإنها تولد صفات الضعف والاعتمادية في نفوس الناشئة، أما المبالغة في الشدة والقسوة فتولد الخوف والخجل وضعف الثقة بالنفس أو العناد والتمرد وموت الضمير.

وللقيم الدينية دور مهم في صياغة صفات الشخصية ولا سيما فيما يتعلق بيقظة الضمير والمراقبة الذاتية والقيم الخُلقية وأساليب التعامل مع الآخرين فكلما كانت التربية الدينية مؤصَّلة على علم وممزوجة بعاطفة تربوية صارت الشخصية أكثر نضوجًا وأقرب للكمال، وإذا غلبت الشدة والإكراه (دون علم وعاطفة) صارت الشخصية غير مستقرة وكذلك إذا ضعفت القيم الدينية وغاب دورها في التربية فإن الشخصية تضعف بقدر ما غاب من القيم.

٤ ـ المؤثرات الثقافية والاجتماعية.

يتلقف الناشيء العديد من المؤثرات الثقافية والاجتماعية في البيئة من حوله، في المدرسة وغيرها (معلومات ـ عادات ـ أعراف ـ تقاليد ـ قيم ـ معتقدات . . .) مما يؤثر في صياغة شخصيته إيجابًا أو سلبًا وأكثر ما يكون هذا التأثير في مرحلة المراهقة عندما يتفتح المراهق على المحيط من حوله ويشب عن الطوق ويقوى اتصاله بجماعة الرفاق ويظهر تأثره بهم فكريًا وسلوكيًا ويظهر الاستقلال عن الأسرة والتفلّت من بعض قيودها.

وتؤثر هذه المؤثرات في آراء الشخص ومعتقداته ومشاعره وقوالب تفكيره وتصرفاته وفي علاقاته مع الآخرين وغير ذلك.

٥ ـ الأزمات والعقبات النفسية.

للعقبات النفسية في حياة الفرد (ولا سيما في الطفولة والمراهقة) تأثير في المشاعر والتفكير والسلوك، يتفاوت هذا التأثير بتفاوت الأشخاص والظروف

الأسرية والاجتماعية وبتفاوت العقبات (شدتها ـ مدتها ـ طبيعتها . .) فبعض العقبات تعوق الفرد عن تحقيق مراده فتسبب له إحباطات نفسية وتولّد لديه الميل إلى التشاؤم والفتور ونحو ذلك مما قد يترسخ في طباع شخصيته وبعض العقبات يسهل على الفرد تخطيها وتجاوزها بسلام مما يشعر الفرد بقوة معنوية وتفاؤل ويكسبه بعض المهارات النفسية بعيدة الأثر طويلة الأمد.

إن تعريض الناشئ لبعض العقبات النفسية اليسيرة والوقوف بجانبه ومساندته في تخطيها أمر مفيد في تقوية الشخصية، وعكسه الحماية الزائدة وعزل الناشيء عن الصعوبات النفسية التي تعينه على صقل مهاراته النفسية فهذا مما يضعف الشخصية.

(٣) محركات الشخصية

الدوافع والحاجات النفسية والاجتماعية

[٣] محركات الشخصية(*)

إن موضوع الدوافع والحاجات المحركة للشخصية والمؤثرة في سلوكها من الموضوعات النفسية المهمة والتي تعين كثيراً في فهم شخصية الفرد وتصرفاته وفي التفاهم والتعاون معه، بل وفي توقع سلوكه الذي لم يقم به بعد، كما تفيد أيضًا في معرفة الشخص بنفسه وتحديد بواعثه ودوافعه الحقيقية (لا تلك التي يتوهمها أو تخادعه النفس بها) وهذا يعين الشخص على ضبط نفسه وتوجيه طاقاته والتحكم في دوافعه وسلوكياته إذ لا سلوك بدون دوافع.

فالزوج بحاجة إلى معرفة حاجات الزوجة ودوافعها ليعرف شخصيتها ويتعايش معها وكذا الأمر بالنسبة للزوجة.

والأب لابد له من معرفة دوافع أولاده وحاجاتهم وكذلك الأم أيضًا والمعلم (والمعلمة) بحاجة إلى معرفة الدوافع والحاجات عند الطلاب (والطالبات)، وكذلك المدير والرئيس والتاجر والطبيب وغيرهم.

فكلما ازددنا علمًا بما يُسيّر الشخص من محركات داخلية (حاجات ودوافع) وعلمنا مكوناتها وقوتها والعلاقة بينها ازددنا قربًا إلى فهم شخصيته وتفسير سلوكياته وتوقعها.

الدافع: باعث داخلي (نفسي أو عضوي) يثير السلوك في ظروف معينة ويوجهه نحو غاية محددة (إشباع حاجة) لتحقيق الاتزان الداخلي (نفسيًا أو

(*) هذا الفصل لخصته (بتصرف وإضافات) من كتابين هما:

١ ـ أصول علم النفس ـ د. أحمد عزت راجح ـ باب دوافع السلوك.

٢ ـ الصحة النفسية في ضوء علم النفس والإسلام. د. محمد عودة، ود. كمال مرسي ـ فصل الحاجات وعلاقتها بالصحة النفسية.

عضويًا). وهو قوة محركة لا تلاحظ مباشرة وإنما تستنتج من الاتجاه العام للسلوك الصادر عنها فالطالب الذي يستذكر دروسه جيداً يدفعه لذلك الرغبة في النجاح أو التفوق أو إرضاء الوالدين أو نحو ذلك (وربما اجتمعت هذه الدوافع كلها).

فالسلوك الواحد قد يصدر عن دوافع مختلفة متنوعة.

والدافع الواحد قد يؤدي إلى ضروب مختلفة من السلوك لدى الفرد نفسه تبعًا لوجهة نظره إلى الموقف الخارجي فرغبة الطفل في جلب النظر والانتباه إليه قد تحمله على التمرد والمشاغبة في البيت وأما في المدرسة فتحمله على الطاعة والامتثال (حين يرى أنه لا يستطيع تحقيق رغبته في المدرسة بالتمرد والعدوان).

وقد تختلف أنواع السلوك الناتجة من دافع واحد باختلاف الأفراد فالرغبة في التقدير الاجتماعي قد تدفع بشخص إلى الظهور في ميدان النشاط الاجتماعي وبآخر إلى الزواج من أسرة مرموقة وبثالث إلى التحصيل العلمي وبرابع إلى تحصيل الثراء.

وربما اتحدت صورة السلوك لدى أفراد مختلفين بينما دوافعهم لذلك السلوك مختلفة فالخيانة الزوجية سلوك منحرف قد يقع فيه أفراد كثيرون (من الجنسين)، والدوافع له متفاوتة فشخص دافعه إشباع رغبة الجنس التي لم يشبعها مع شريك الحياة وآخر دافعه إشباع الحاجة إلى الحنان والحب، ورُب امرأة يدفعها إلى الزنا الانتقام غير المباشر من زوجها بسبب خيانته إياها مع غيرها وهكذا.

وليس بالضرورة أن تكون الغاية من السلوك واضحة ماثلة في الذهن (شعورية) أثناء القيام بذلك السلوك، فكثيراً ما يتصرف الإنسان تصرفات لا يدرك حقيقة دوافعها.

فالحاجات والدوافع الشعورية يستدل عليها من إقرار الشخص بوجودها

عنده، ومن ملاحظة سلوكه ومعرفة أهدافه وتعبيرات وجهه وإشاراته ونغمات صوته.

وأما الحاجات غير الشعورية فقد يصعب الاستدلال عليها وتحتاج قدرًا من الانتباه الجيد للقرائن الدالة عليها ولا يكفي فيها الاقتصار على ظاهر السلوك بل لابد من الالتفات إلى التمويهات الخفية التي تقوم بها الحيل النفسية المتنوعة[١] فالذي يكثر من التباهي والتفاخر بنفسه قد يكون دافعه لذلك هو الشعور بالنقص وقلة التقدير الاجتماعي فهو يفعل ذلك ليشبع الحاجة إلى الاحترام والتقدير، والشخص الذي ينسى المواعيد المهمة لاجتماعات لا يرغبها قد يكون دافعه الهرب من تبعات تلك الاجتماعات (هذا إن لم يكن تركها عمداً فعندئذٍ يكون الدافع شعوريًا).

(١) انظر فصل الحيل النفسية ص ٧٩ .

أهم الدوافع والحاجات

الحاجات والدوافع في الإنسان متعددة متنوعة ومتداخلة فيما بينها، وقد اختلفت فيها وجهات نظر الباحثين من حيث تصنيفها وترتيب أهميتها وليس من هدف هذا الكتاب الخوض في عمق هذه المباحث وإنما المقصود الإشارة إلى محركات الشخصية (ولا سيما المحركات النفسية والاجتماعية) لتفيدنا في التعرف على أنفسنا ومن حولها.

الحاجات النفسية	الحاجات الاجتماعية
١ ـ الحاجة إلى الأمن. ٢ ـ الحاجة إلى الاستقلال الشخصي. ٣ ـ الحاجة إلى الإنجاز. ٤ ـ الحاجة إلى إشباع الفضول/ حب الاستطلاع.	١ـ الحاجة إلى الاستحسان والتقدير. ٢ ـ الحاجة إلى تبادل المحبة. ٣ ـ الحاجة إلى الصحبةوالانتماء.

قد يصعب الفصل بين الحاجات النفسية والعضوية لتداخلها في التعبير وفي كيفية الإشباع.

* **الحاجة إلى الدين:**

حاجة نفسية لها أساس فطري ولها متعلقات نفسية واجتماعية وتختلف أهداف إشباعها من شخص لآخر فمنهم من يتدين حقيقة بإيمان نابع من داخله ومنهم من يتدين في حالات دون حالات (يتدين في الخوف كوسيلة لتحقيق الأمن وفي الفقر كوسيلة للحصول على الغنى . . .) وإشباع الحاجة إلى الدين (بالطريقة الصحيحة) ضرورة ملحة ومطلب مهم للصحة النفسية ولا سيما فيمن

لديهم اضطراب نفسي فالمضطرب نفسيًا قد يكون نادمًا على ماضيه أو متذمرًا من حاضره، أو متشائمًا من مستقبله وعندما يتوجه إلى الله تعالى توجهًا صحيحًا يجد العفو عن الماضي والسند في الحاضر والاستبشار بمستقبل أفضل.

والشخص السوي يمارس تدينه الصحيح بتوازن بين مصالح دنياه وآخرته.

وقد يبالغ بعض الأشخاص في بعض الشعائر الدينية دون نية صالحة ومرجع ذلك إلى علة نفسية تفسر هذا السلوك كما قد يفرِّط أشخاص في تعاليم الدين وضوابطه إنسياقًا وراء شهواتهم أو شبهاتهم وأهوائهم ويستخدمون لتغليف ذلك عدداً من الحيل النفسية لخداع أنفسهم وخداع الناس من حولهم.

الحاجة إلى الأمن:

يتحقق الأمن في مرحلة الطفولة بالمعاملة الحسنة (في البيت والمدرسة) التي تضمن للطفل الشعور بالمودة والحترام والتقبل والطمأنينة من المخاوف، وبغياب الإيذاء النفسي والجسدي والحرمان العاطفي وإذا فقد الطفل الأمن فترة طويلة وحصل له ما يثير مخاوفة ويحرمه العاطفة فإن هذا يؤثر تأثيراً سيئًا على الصحة النفسية في جميع مراحل الحياة (الطفولة ـ المراهقة ـ الرشد) لأن الحرمان من الأمن يعني تهديداً خطيراً لإشباع حاجات الطفل الضرورية والطفل ضعيف لايقوى على إشباعها بنفسه، فيشعر بقلق الحرمان، الذي ينمي فيه سمات التوافق السيء (القلق والعداوة والشعور بالذنب . . .).

ومما يسبب فقد الأمن في الصغر تصدع الأسرة (طلاق ـ شقاق ـ موت أحد الوالدين . .) والقسوة في التربية.

وتستمر الحاجة إلى الأمن ما استمرت حياة الإنسان (في المراهقة والرشد والشيخوخة).

الحاجة إلى الاستقلال الشخصي

يولد الطفل معتمداً تمام الاعتماد على غيره (الأم غالبًا) ثم يبدأ بالاستقلال الشخصي تدريجيًا حسب نموه ونضجه النفسي والعقلي والاجتماعي ويبرز ذلك في مرحلة المراهقة حين يشعر المراهق أنه قد كبر ونضج بالدرجة التي تجعله يعتمد على نفسه ويتحمل المسئولية فيسعى إلى إثبات ذاته وينشد الحرية في التفكير والتصرف وقد يتشبث برأيه ويثور عند التدخل في شئونه ويرفض الوصاية من الكبار ويعارض سلطتهم ويخالف الأوامر التي لا يقتنع بها، وأكثر ما يكون ذلك في حالات التدليل والحماية الزائدة في مرحلة الطفولة وفي حالات القسوة والتسلط والشدة في التعامل مع الصغار مما يجعل قدرتهم على التوافق النفسي والاجتماعي في مرحلة المراهقة أمراً عسيراً.

وعند إشباع حاجة الاستقلال الشخصي لدى الطفل والمراهق يكون التوافق والتكيف النفسي والاجتماعي سهلاً يسيراً، ويتم إشباع هذه الحاجة من خلال احترام الرأي والتدريب على تحمل المسئولية والتشجيع على الاعتماد على النفس وإعطاء بعض الحرية في التصرف ومجانبة القسوة والتسلط، إضافة إلى تنمية الثقة بالنفس والشعور بالكفاءة والقدرة وإشباع دوافع التملك الخاص.

وقد يكبر الصغير ويظل معتمداً على غيره عاجزاً عن تصريف أموره بنفسه فيميل في كثير من تصرفاته إلى البحث عن شخص يدعمه ويقف معه ويتولى عنه اتخاذ قراراته وتحمل التبعات الناتجة عن ذلك[١].

* **الحاجة إلى الإنجاز.**

هذه من الحاجات المكتسبة التي تنمو دافعيتها بالحث والتعزيز، وتضعف بالحرمان والإهمال، فالطفل (والمراهق) الذي يجد تشجيعاً من أهله ومعلميه

---

(١) انظر: الشخصية الاعتمادية ص ٣٠٣.

تزداد قدرته على الإنجاز العلمي والعملي وتقوى لديه روح المبادرة والإقدام ويزداد خبرة ومهارة وثقة بنفسه وتعلو همته، والعكس صحيح.

وكلما أشبعت هذه الحاجة ازدادت قدرة الشخص على تحمل المسئولية واتخاذ القرارات والنجاح في العمل والتفوق في أدائه والابتكار فيه.

* **الحاجة إلى إشباع الفضول/ حب الاستطلاع.**

هي حاجة تدفع الإنسان إلى استكشاف البيئة وتحصيل المعرفة وجمع المعلومات المفيدة له في علاقته بالكون والخالق والناس وكلما ازداد معرفة زادت قدرته على التعامل مع البيئة من حوله والتوافق الحسن مع الظروف المختلفة والشعور بالطمأنينة والثقة بالنفس.

* **الحاجة إلى الاستحسان والتقدير.**

إن حرمان الشخص من التقدير يشعره بعدم التقبل وبالدونية ويحط من قدر نفسه ويجعله يعيش وكأنه على هامش الحياة لا يشعر بالأمن والاستقرار والاحترام وقد يقوده هذا إلى العزلة والاستغراق في أحلام اليقظة أو إلى الانحراف السلوكي للحصول على الاحترام والتقدير الاجتماعي.

وهذه الحاجة مهمة جداً للطفل والمراهق وفي حياة الزوجين ولا سيما في مراحلها الأولى.

* **الحاجة إلى تبادل المحبة.**

الحب عملية مزدوجة فيها إرسال واستقبال وهي مهمة لنمو الشخصية نمواً سليماً والحب المقصود هنا يعني المحبة والمودة المشروعة سواء بين الزوجين أو بين الطفل ووالديه أو محبة الشخص لأصدقائه محبة مضبوطة بالأطر المقبولة.

وكلما كانت النفس سوية استطاع الشخص تبادل المحبة مع غيره وهذا يساعد في احترام الشخص لنفسه وتقديره لكفاءته.

وهذه الحاجة تتأثر كثيراً بالحب في مرحلة الطفولة فالطفل الذي يشعر بحب والديه وتقبلهما له (من خلال الملاعبة والضحك والحنان) يدرك أنه شخص مرغوب جدير بحب أهله فيبادلهما الحب، والعكس صحيح.

* **الحاجة إلى الصحبة والانتماء.**

الإنسان كائن اجتماعي مزود بالقدرات اللازمة للتعايش مع بني جنسه والتآلف معهم فكراً وعاطفة وسلوكًا وحاجة الإنسان إلى الصحبة حاجة ملحة تؤثر في السلوك والفكر والعواطف بحسب طريقة إشباعها، والرفقة التي ينتمي إليها الشخص ويتأثر بآرائها وسلوكياتها.

وقد ندب الإسلام إلى إشباع الحاجة إلى الصحبة وضبطها بالانتماء إلى الصحبة الصالحة وجماعة المسلمين كما قال ﷺ: «**مثل المؤمنين في توادهم وتراحمهم كمثل الجسد الواحد إذا اشتكى منه عضو تداعى له سائر الأعضاء بالسهر الحمى**» متفق عليه.

من الناس من يكون انتماؤه انتماءً إلى الدين فهو الذي يحدد صحبته وتعايشه الاجتماعي ومنهم من يغلب على انتمائه التعصب للقبيلة أو البلد أو التوجه الفكري أو السياسي أو غير ذلك مما يؤثر في الآراء والأفكار والتصرفات التي يتخذها الفرد في علاقاته الاجتماعية.

* * *

الباب الثاني

تكوين التصور عن الشخصية

أ- أهم الأخطاء الشائعة في تقويم الشخصية.

ب- نحو منهج أصوب في تقويم الشخصية

(أ) أهم الأخطاء الشائعة في تقويم الشخصية

١- الاعتماد على المظهر دون المخبر.

٢- الاعتماد الكلي على آراء الآخرين دون تثبت.

٣- الاعتماد على انطباع الشخص عن نفسه.

٤- الاعتماد على الظن والحدس والتخمين (دون قرائن كافية).

٥- التقويم التطرفي (إفراط أو تفريط).

١ـ الاعتماد على المظهر دون المخبر.

* ليس لنا التفتيش عن قلوب الخلق وما فيها من أمور تخصهم في علاقتهم مع ربهم أو مع أنفسهم لكن ليس من الحكمة أن نغض الطرف عما وراء المظاهر مما يخص أخلاق الناس ويتعلق بتعاملنا معهم.

* كم من شاب حسن المظهر (ممشوق القوام مفتول العضلات أنيق الثياب..) يركب أحدث السيارات، تعليمه عالٍ ووظيفته مرموقة ... إلخ، تقدم لخطبة فتاة فأُعجب به أهلها وبادروا بتزويجه قبل فوات الفرصة ثم ما لبث أن جاء بمعوج الأخلاق المخفية فبدت لها معايبه وكثرت مثالبه وفشت خيانته فانتهى الأمر إلى طلاق نكد بعد خلاف وشقاق.

لا تجعلن دليل المرء صورته — كم مخبر سَمِج في منظر حسن

* كثير من مراجعي العيادات النفسية لديهم مشكلات نفسية نابعة من انخداعهم بالمظاهر الخلابة التي يبدو بها الآخرون.

كم من شخص طيب القلب نزيه الضمير يحسب الناس مثله في الصدق والأمانة والوضوح أعطى الثقة الكاملة لأشخاص لا يستحقونها، من أولئك الذين يحسنون التلاعب بالعقول والمشاعر من خلال ألسنتهم العذبة وابتساماتهم المشرقة ووعودهم البراقة فاستغلوا طيبة قلبه في تحقيق أغراضهم الشخصية دون مراعاة لحقوق الله أو حقوق خلقه فراح بعدها يعض أصابع الندم.

لا يغرنّك من يبدي بشاشته — إليك خدعًا فإن السم في العسل

وفي مقابل ذلك كم من شخص ظاهره أقل من حقيقة قدره فهو صغير في عين من لا يعرفه ولكن قدره كبير في عين من يعرفه وفي حقيقة أمره:

والناس كالنبّت فمنهم رائق — غض نضير عوده، مرّ الجنى

ومنه ما تقتحم العين فإن — ذقت جناه انساغ عذبًا في اللها

كم من شخص ظاهره التدين والاستقامة ولكنه كثير الكذب في حديثه كثير الخُلفِ في وعده كثير الخيانة إذا أؤتمن . . . فظاهره خير من باطنه .

وكم من رجال في العيون وما همُ　　　في العقل إن كشَّفتهم برجال

وكم من شخص يوحي ظاهره بالفسق وقلة الدين ولكن في قلبه من الإيمان والأمانة والصدق مع الله ومع خلقه ما لا يظهره إلا في وقته فباطنه خير من ظاهره .

وكم من امرأة مليحة الوجه حسنة القوام عذبة الحديث لكنها سيئة الخلق نكدة الطبع كثيرة الشكوىٰ قليلة الحياء ضعيفة الصبر لا تعرف الشكر ، لا يأمنها زوجها علىٰ نفسها ولا يسعد معها أولادُها .

وكم من امرأة متوسطة الجمال الظاهري ولكن فيها من جمال الروح وعذوبة الأخلاق ما يُسعد الزوج ويبهجه ويؤنسه .

لقد تمكن كثير من الناس اليوم ، مع الرفاهية ورغد العيش وتزايد النعم (ولا سيما في بلدان الخليج) من الظهور بمظاهر برّاقة خلاّبة يُخفي حسنُ مظهرها قبح جوهرها ، فمن الخطأ الاعتماد علىٰ حسن المظهر كدليل علىٰ حسن الأخلاق ومن الخطأ الاكتفاء بلقاء واحد مع الشخص في ظرف واحد والخروج من ذلك بانطباع عام عن شخصيته .

*** أغلب المظاهر الخداعة تكمن في:**

- المال والممتلكات والمقتنيات (المسكن - المركب . . . .)

- الجاه والمناصب .

- مستوىٰ التعليم والوظيفة[1] .

---

(١) كم من موظف ليس بأهل لوظيفته ولم يكن ليشغلها لولا الواسطة أو الشهادة العلمية التي يستتر بها ضحالة علمه وقلة معرفته .

ـ المظهر (الملبس ـ الكلام ـ التصرفات . . .).

ـ النسب.

ـ الانجازات

كيف ومتى تنكشف المخابر؟

ـ في المعاملات القريبة والاحتكاك المباشر بالشخص في مواقف متعددة في حالات له متنوعة (مزاجيًا وفكريًا).

ـ في الغضب والرضا.

ـ في السعادة والحزن.

ـ في السفر والحضر.

ـ في البيع والشراء.

ـ عند توزيع المسئوليات وتحمّل التبعات.

ـ في الأعمال الجماعية والمناسبات الاجتماعية.

ـ في أوقات الأزمات.

وغير ذلك . . . .

وبالتحقيق تتضح الخفايا وعند الشكّ يُنتظر الهلال

فلا تركن إلى المظاهر واسأل عن المخابر، وتأمل ولا تتعجل، ولا سيما في أمور الزواج والمعاملات المالية والتوظيف[1] فنحن اليوم في زمن كثرت فيه المظاهر الجوفاء ومال المجتمع إلى رؤية الأقنعة أكثر من رؤية ما وراء الأقنعة.

واختبر من شئت تعرفه فما يعرف الأخلاق إلا من فحص

---

(١) فالتراجع في هذه الأمور قد يكلف الكثير (معنويًا وماديًا) مما يمكنك تفاديه بالتأني وحسن السؤال عن الأحوال.

نعـم إن لاهتمـام الشـخص بمظهـره وهندامـه دلالة على بعض طبـاع شخصيته(١) مما لا ينبـغي أبدًا تجـاهله، ولـكنّ هذا لا يعني أن يـكون المظهـرُ المحكَّ الأساس في الحكم على الشخصية.

٢ـ الاعتماد الكلي على آراء الآخرين دون تثبت

إن من المصـادر المهـمـة في التعـرف على طباع شـخص ما وأخـلاقـه، أولئك الناس الذين لهم معرفة جيدة بذلك الشخـص وطباعـه ممن يوثق بقولهم ويُعتمد على رأيهم لحسن تثبتهم ورجاحة عقـولهم فالانتفاع برأي هؤلاء في هذا المجال أمر محمود مطلوب.

يخطـئ كثير من الناس حين يعتمدون اعتـمادًا كبيرًا جدًا على آراء غيرهم في طباع شخص ما، دون تثبت وتأمل لمصداقية هذا الآراء والانطباعات ومدى قربها من واقع حال الشخص.

كم من شخص عجول سريع في بناء تصوراته (ونشرها قبل نضجها) كثيرًا ما يبني على بادئ رأيه ومـجـرى هـواه أحكامًـا وتصـورات عـن أخـلاق من حـوله وطباعـهم ويبثهـا من حوله أو يُؤثّر بها على غيره وهي بعيدة كل البعـد عن مطابقة الواقع.

كم من شخص قـيل عنه: إنه طيب القـلب صـادق الضـمير، بينمـا هو خب محتال، وكم من شخص قيل عنه: إنه عاقل رزين متأنٍ، بينما هو متعجل متسرع في غـالب أحـواله، وكم من امرأة قـيل عنهـا: إنها كيّسـة فطنة بينمـا هي بخلاف ذلك، وكم من زوج قيل عنه: إنه عفيف ذو دين بينما هو لا يقيم للعفة وزنًا . . .

كم من مـوظف قـيل عنه: إنه حـريص على مـصلحـة العـمل ويـهتم بأحـوال

(١) فالمعجب بنفسه لديه حرص كبير على التأنق الزائد وعكسه الباخس نفسه حقها فإنه يهمل هندامه ومظهره.

المراجعين بينما هو بخلاف ذلك.

كم من شخص وُصف لك بصفات لم تجدها فيه.

وكم من شخص نُفيت عنه صفات وجدتها فيه.

عن سهل رضي الله عنه قال مرّ رجل على رسول الله ﷺ فقال: **ما تقولون في هذا، قالوا: حري إن خطب أن يُنكح وإن شفع أن يُشفَّع وإن قال أن يستمع، قال ثم سكت. فمر رجل من فقراء المسلمين فقال: ما تقولون في هذا قالوا: حري إن خطب ألا ينكح وإن شفع ألا يُشفَّع وإن قال ألا يستمع. فقال رسول الله ﷺ: «هذا خير من ملء الأرض مثل هذا»** رواه البخاري.

احرص أن تباشر ـ أنت بنفسك ـ عملية التقويم ولا تعتمد كثيراً على رأي غيرك دون تثبت، فإنك قد ترى ما لا يراه غيرك، وقد ترفض ما يقبله وتقبل ما يرفضه أو تستحسن ما يستقبحه وتستقبح ما يستحسنه أو تُكبر ما يصغره وتصغر ما يكبره.

خذ ما ترى ودع شيئًا سمعت به في طلعة الشمس ما يغنيك عن زحل

ولكن قد تحول بعض العقبات دون مباشرتك عملية التقويم (ولا سيما في أمور الزواج) فعندها ينبغي الاهتمام بمصداقية التقويم الذي يُنقل إليك مع تنويع المصادر فكلما تنوعت المصادر زاد احتمال مصداقية التقويم (إذا كانت المصادر موثوقة).

التأثيرات الاجتماعية في عملية التقويم

هناك عدد من التأثيرات الاجتماعية السلبية المتلعقة بالانطباع الذي نأخذه عن صفات الأشخاص من حولنا:

١- أثر الهالــة.

الهالة ما حول الكوكب من شعاع يزيد في حجم الكوكب وإضاءته في أعين الناظرين. كثير من الناس فيه إيجابيات بارزة في شخصيته (ذكاء أو جمال أو بلاغة . . .) قد يبهر بها بعض الناس فيعجبون به من كل وجه فتعميهم تلك الإيجابيات (الهالة) عن كثير من السلبيات الكبيرة.

كم من شخص فيه ذكاء ودهاء حجبا الأعين عن رؤية ما فيه من كبر وخيلاء. وكم من شخص فيه حلم وأناة حجبا الأعين عن رؤية ما فيه من جهل وغباء. وكم من شخص فيه ظرافة وسخاء حجبا الأعين عن رؤية ما فيه من نفاق ورياء. إن للهالة لبريقًا يعمي بعض البصائر عن رؤية كثير من مساوىء الأخلاق. وأكثر ما يكون تأثير الهالة عندما نحكم على الشخصيات عن بعد (من خلال وسيط: كوسائل الإعلام أو كلام بعض المعجبين بالشخص) أو من خلال إنجازات الشخص أو من خلال إعجابنا بنوع من الصفات الشخصية نفضله على غيره (كالسماحة أو الفصاحة أو الجرأة . . .) فنعجب بمن يتصف به إعجابًا كبيرًا يخفي علينا كثيراً من عيوب تلك الشخصية.

إذن من الخطأ أن نُخدع ببريق الهالة الشخصية ونعطيها أهمية أكبر من حجمها فتطغى على جوانب الشخصية التي نريد تقويمها وهذا لا يعني إهمال تلك الإيجابيات أو التقليل من شأنها وإنما المطلوب التوسط في ذلك.

٢- أثر الأولية[١]:

إن المعلومات التي تصلنا أولاً تؤثر في أحكامنا أكثر من المعلومات التي تصلنا

---

(١) هذا الأثر وما بعده (٢ ـ ٥) من كتاب مدخل إلى علم النفس الاجتماعي، د. فلاح العنزي (باختصار وتصرف).

آخراً سواء كانت إيجابية أم سلبية.

قارن الوصفين التاليين:

١ ـ أحمد ذكي، نشط عمليًا، عنيد، حسود.

٢ ـ خالد حسود، عنيد، نشط عمليًا، ذكي.

إن لتسلسل المعلومات وطريقة ترتيبها أثرًا مهماً في تكوين الانطباع عن الأشخاص (صفاتهم وأفكارهم وتصرفاتهم . . .).

٣- أثر التضاد:

إن الانطباعات التي نكوّنها عن صفات الأشخاص أحكام نسبية (في الغالب) وليست مطلقة، فحكمنا على أي شيء منها يعتمد إلى حد كبير على الأحكام الأخرى التي نقارنها بها وليس على تلك الصفات منفردة.

ومن الدراسات التي توضح ذلك تلك الدراسات التي أجريت لدراسة تأثير وسائل الإعلام على إدراك الأزواج لجاذبية زوجاتهم، فقد وجدت هذه الدراسات أن تقدير الرجل لدرجة جاذبية المرأة تتأثر بمشاهدته لصور نساء جميلات حيث إن جاذبية المرأة الواحدة تتغير بناء على مع من تُقارن.

٤- أثر تأطير القرار:

إن الانطباعات التي نتصورها والقرارات التي نتخذها تتأثر بطريقة الإطار الذي تعرض فيه المعلومات من حيث الصياغة اللغوية وإثارة المشاعر وغير ذلك فقد يوصف لك شخص بوصف رائع وبإطار جذاب يؤثر كثيراً في انطباعك عن ذلك الشخص.

٥- أثر الإضعاف:

قد يرد في سياق المعلومات عن شخصية فرد ما معلومات لا أهمية لها أو لها طابع سلبي وإن لم تعكس صفات سلبيات في شخصية ذلك الفرد وهذا يضعف

الانطباع العام ويخفف أثر المعلومات التي لها علاقة بالبعد المراد وصفه.

٦- أثر الحسد والبغضاء والهوى:

حسدوا الفتى إذْ لم ينالوا سعيه … فالقوم أعداء له وخصوم
كضرائر الحسناء قلن لوجهها … حسدًا وبغضًا إنه لذميم

هكذا الحسد والبغضاء يؤثران في التصورات والآراء (بزيادة في السلبيات أو نقصان في الإيجابيات أو تحريف أو تبديل أو بهتان . . .) مما يضعف مصداقية التقويم.

والحسد والبغضاء من الأمور التي تزداد مع زيادة التنافس الاجتماعي ولا سيما عندما تقل الفرص.

قال الله تعالىٰ: ﴿**قُلْ إِنَّمَا أَعِظُكُم بِوَاحِدَةٍ أَن تَقُومُوا لِلَّهِ مَثْنَىٰ وَفُرَادَىٰ ثُمَّ تَتَفَكَّرُوا مَا بِصَاحِبِكُم مِّن جِنَّةٍ**﴾ [سبأ: ٤٦].

فإن كونهم مثنىٰ أو فرادىٰ ـ يتفكرون بمعزل عن التأثير الاجتماعي ـ ادعىٰ للوصول إلىٰ الحق ولا سيما إذا تخلصت النفس من الهوىٰ.

لهوى النفوس سريرة لا تُعلم … عرضًا نظرت وخلت أني أسلم

* * *

وآفة العقل الهوى فمن علا … على هواه عقله فقد نجا

ولكن هنا إشكال قد يصعب حله ويتعذر التغلب عليه وهو أن الحسد ـ في الغالب ـ مُغيّب في مكنون الضمائر تحت أستار السرائر لا تبديه النفوس صريحًا وإنما يظهر مغلّفًا وعلىٰ حين غفلة من أهلها وهذا قد يجعل الشخص يركن إلىٰ آراء أناس حسدة فيأخذ انطباعاتهم عن شخص لا يعلم أنهم يحسدونه فيخرج بصورة مشوهة محرفة عن الأصل.

[٣] الاعتماد على انطباع الشخص عن نفسه.

إن من الخطأ الاعتماد على رأي الشخص في نفسه وتقويمه لطباعه مهما كان فيه من الإنصاف والصدق مع الذات والأمانة مع النفس والآخرين لأن الإنسان بشر عرضة لمؤثرات كثيرة تضعف مصداقية تقويمه لنفسه (وإن كان أعرف بنفسه وأعماقها ودواخلها من أي شخص آخر).

فمن المؤثرات في ذلك:

* قد يخفى عليه كثير من عيوبه أو محاسنه [١].

* قد يعلم من نفسه الكثير من العيوب أو المحاسن لكن لا يذكر ذلك للآخرين (فالمخادع المحتال لن يقول عن نفسه إنه كذلك، والتقي الورع لن يزكي نفسه أمام الناس بما فيه من ورع وتقوى).

* قد يبالغ في تصوره عن بعض صفاته فيعطي انطباعًا بعيدًا عن حقيقة واقعه إما مبالغة في إظهار المحاسن وستر المعايب (إذا كان راضيًا عن نفسه معجبًا بها) وإما مبالغة في تضخيم المعايب وتقليل المحاسن (إذا كان غير راضٍ عن نفسه محتقرًا لها).

* قد يقتصر على جوانب إيجابية (أو سلبية) ويُغفل باقي الجوانب.

* قد تؤثر حالته المزاجية (سعادة - حزن . . .) في حكمه على نفسه فالمحزون كثيرًا ما يبالغ في تحقير ذاته والعكس صحيح.

* قد يجامل نفسه فلا يذكر ما يؤلمها من عيوبه وسلبياته.

* قد يقسو على نفسه فيذمها بما ليس فيها.

---

(١) انظر التقمص ص ٩٣.

السيرة الذاتية:

إن الملخصات التي يكتبها الشخص عن نفسه (تعليمه ومؤهلاته وخبراته . . .) تفيد إلى حد كبير في اختصار الوقت والجهد في أمور التوظيف والترقيات والتعريف المختصر بالشخص لكن من الخطأ الاعتماد عليها في تكوين انطباع سليم عن شخصية الفرد وصفاته وأخلاقه، إنها وإن أفادت في توضيح بعض الجوانب في الشخصية (كالاهتمامات والطموح . . .) إلا إنها لا تخلو في الغالب من مؤثرات توهن مصداقيتها.

- فالشخص حين يكتبها يرجو أن يعكس للآخرين عن نفسه صورة حسنة وانطباعًا جيدًا ليحقق بذلك الهدفَ الذي كُتبت السيرة الذاتية لأجله (اختياره للوظيفة، أو للترقية . . .).

- لا تخلو السيرة الذاتية (في الغالب) من تلميع للذات وشيء من التضخيم والمبالغات والتحسينات والتجميلات ولا يستغرب أن يكون ذلك كذلك لأن النفس إذا لم يلجم العقل هواها انطلقت في ميدان مشتهاها ولا سيما إذا قل حياؤها فما يمنعها عندئذ من تعداد إيجابياتها بتفخيم واستعلاء.

يهوى الثناء مبِّرز ومقصر　　　حب الثناء طبيعة الإنسان

وإذا قل مستوى الإيمان في النفس غلبها العجب والكبر وربما تشبعت بما لم تعط فادعت ما ليس عندها، ولا يعجزها أن تصوغ ذلك بقالب برّاق خدّاع يغر القارئين (ولا سيما فيما يتعلق بأمور المناصب والشهادات والإنجازات)[1]، وقد يروج ذلك على من تخدعه المظاهر ويكتفي بالأقنعة عما وراءها فيعجبه مكياج[2] النفوس ويلهيه عن جوهر حقيقتها ولا يستهجن مدح المرء لنفسه مما هو مستهجن

---

(١) إن الشهادات والمناصب والإنجازات لا تعكس حقيقة الشخصية بصفاتها وأخلاقها وإن كانت قد تفيد في معرفة بعض جوانب شخصية الفرد.

(٢) يبدو أن هناك تناسبًا عكسيًا بين جمال النفوس ومقدار المكياج الذي تحتاجه فكلما قل جمالها (المعنوي أو الحسي) زادت الحاجة إلى المكياج (المعنوي أو الحسي).

فطرة وعقلاً وشرعًا ويعلمه العامي[١] والأمي والكبير والصغير.

وإنـــي وإنـــي ثـم إنـــي وإنـــي   إذا انقطعت نعلي جعلت لها شسعا

٤- الاعتماد على الظن[٢] والحدس[٣] والتخمين دون قرائن كافية.

ليس هناك دلائل قطعية يمكن الاعتماد عليها في تقويم شخصيات الآخرين وغالبًا ما نميل إلىٰ إعمال قدر من الظن والحدس والتخمين في ذلك سواء شعر الواحد منا بهذا وقصده بإرادته أم إن ذلك حصل تلقائيًا دون إدراك.

إن الخطأ هنا ليس في إشراك الظن والحدس في تكوين الانطباع عن الآخرين وإنما في الاكتفاء بذلك والاعتماد عليه والتمسك به دون قرائن كافية شافية وجعل الانطباعات الذاتية الموجودة داخل نفوسنا حقائق خارجية موضوعية نطبقها علىٰ واقع الأشخاص من حولنا والاعتماد علىٰ ذلك.

من المُلح التي تروىٰ في هذا أن ثلاثة رجال عُمي اُمتُحنوا بالتعرف علىٰ الفيل عن طريق اللمس فقام أحدهم عند رجله وآخر عند خرطومه وثالث عند بطنه وهم لا يعلمون عظم حجمه ولا شكل هيئته فلمس كل واحد منهم ما والاه من جسم الفيل وتعرف عليه ثم لما طُلب منهم أن يصفوا الفيل، وصف كل واحد منهم الفيل كله بالجزء الذي لمسه منه، واستعمل في ذلك حدسه وتخمينه، فالفيل

---

(١) من أمثال العامة قولهم: «من مداحتها؟ أمها ومشّاطتها؟!» وقولهم: «مدحك نفسك سماجة» وقولهم: «من شاهِدُك يا أبا الحصين؟، قال: ذَنَبي».

(٢) قال رسول الله ﷺ: «إياكم والظن فإن الظن أكذب الحديث» رواه البخاري. قال ابن حجر: «الظن المنهي عنه هو الذي لا يستند إلىٰ شيء يجوز الاعتماد عليه، فيعتمد عليه ويجعله أصلاً ويجزم به فيكون الجازم به كاذبًا . . . - إلىٰ قوله -: والاغترار به أكثر من الكذب المحض لخفائه غالبًا ووضوح الكذب المحض». فتح البخاري ١٠/ ٤٨٢.

(٣) الحدْس: التوصل إلىٰ الاستنتاجات دون واسطة من دليل أو قرينة وإنما اعتمادًا علىٰ مايخطر في الذهن وتميل إليه النفس.

في مخيلة الأعمى الأول: حيوان كساق الشجرة الضخمة (رجله)، وعند الثاني: هو حيوان كالأفعى العظيمة (خرطومه) وعند الثالث: هو حيوان كالقربة الكبيرة المملؤة ماءً (بطنه).

وما كل الظنون تكون حقًا وما كل الصواب على القياس

نحن بشر نتأثر في أحكامنا بعواطفنا وأهوائنا ومعاييرنا الذاتية وانطباعاتنا الخاصة بصفات شخصياتنا[1] وكم في ذلك من الخلل والنقص فلسنا بعيدين في بعض تصوراتنا من عميان الفيل بل قد يكون أحدنا أكبر خطأً منهم فقد ذُكر أنهم لما أعيدوا إلى الفيل ولمسوه بأيديهم من كل أطرافه علموا خطأهم ورجعوا عنه وأعادوا تصورهم لحجم الفيل وهيئته حسب المعلومات الجديدة، بينما بعضنا لاتتغير نظرته وانطباعاته التي بناها أول مرة مهما كان فيها من العِوج ومهما أُعطي من معلومات صحيحة كافية لو انتفع بها أن تصحح تصوره وتقوِّم عوج رأيه.

كثيرًا ما يسبب الاعتماد على الظن في الحكم على الأشخاص مشكلات وخلافات بين الناس حتى بين الأقارب والأحباب والأزواج.

من الناس من فيه علل في شخصيته تحدوه حدواً قويًا سريعًا إلى التدقيق في شخصيات الآخرين والحكم على شخصياتهم ومعرفة خبايا طباعهم وخفايا عيوبهم والتفتيش عنها ولو بالتجسس والترقّب ويكثر ذلك فيهم مع أندادهم الناجحين وأقرانهم البارزين فيقعدون لعيوب أولئك بالمرصاد يصطادونها ولو صغرت ويحفظونها ولو قدُمت ويجمعونها ويحصونها ولو كثرت وتنوعت، فتكون هي حصيلة انطباعهم عن تلك الشخصيات سواء فعلوا ذلك بقصد أم بانقياد لهوى النفس دون وعي.

ومما يذكي ذلك التحاسدُ بين المتنافسين على مصالح مشتركة (في الدراسة أو

---

(١) انظر فصل الحيل النفسية ص ٧٩ وفصل أخطاء التفكير ص١٢٣.

الوظيفة أو التجارة، أو في الحب والمودة[١] . . . . .) فقلّما تجد منافسًا يثني على منافسه ويذكر محاسنه بإنصاف ويتجرد في ذلك من هواه، وقد كان علماء الجرح والتعديل يراعون ذلك ويفطنون له فلا يقبلون كلام بعض الرواة في أقرانهم ويرون أن كلام الأقران يُطوىٰ ولا يُروىٰ ولا يعبأ به[٢].

قال ابن حبان: «وأكثر ما يوجد الحسد بين الأقران أو من تقارب الشكل، لأن الكتبة لا يحسدها إلا الكتبة كما إن الحجبة لا يحسدها إلاّ الحجبة، ولن يبلغ المرء مرتبة من مراتب الدنيا إلا وجد من يبغضه عليها أو يحسده فيها . . . »[٣].

لا يسلم المرء من ضد ولـــو حاول العزلة في رأس الجبل

فلا يسلم المرء من حاسد ولا يسلم الحاسد من هوىٰ فلا عبرة برأيه في محسوده عندئذ. وقد مرّ سابقًا ما يتعلق بأثر الحسد والبغضاء في تشويه الانطباعات عن الأشخاص، والظن لا يخلو ـ عند كثير من الناس ـ من مبالغة في الريبة والشك والحذر أو الطيبة والاطمئنان للآخرين وإحسان الظن المبالغ فيه. فمن الناس من يغلِّب سوء الظن في الناس فهو معهم يقظ مرتاب حذر وإن لم يكن فيهم ما يريب فالريبة في داخل نفسه[٤] كما عبر عن ذلك أحد الشعراء بقوله:

لا تأمنن أحدًا واحذر مكائدهـــم وظن شرًا وكن منهم على وجل[٥]

---

(١) كما يحصل بين الضرّات (زوجات الرجل الواحد).

(٢) ذكره الإمام الذهبي في ميزان الاعتدال بعبارات متقاربة.

(٣) روضة العقلاء ـ ابن حبان، وهكذا الأمر اليوم بين التجار والموظفين والطلاب والطالبات وغيرهم.

(٤) مما يزيد الريبة تعاطي المنشطات الذهنية كالقات ومادة كبتاجون ونحوهما، انظر الشخصية المرتابة ص ١٨٢.

(٥) ويبدو لي أن قول الشريف (من الشعر النبطي):

تحصّن بسوء الظن وابصر بحالك واحذر جليس ضايع الراي يعميك

أقرب إلى الواقعية ـ رغم ما فيه من المبالغة في سوء الظن.

وكثير من هؤلاء يعجبه القول المشهور: «**سوء الظن من حسن الفِطَن**» ويكثر الاستشهاد به والاستئناس به ولو في غير موضعه.

وفي المقابل، من الناس من تغلب عليه السذاجة (المبالغة في حسن ظنه بغيره) لا لباعث من دين أو خلق وإنما لنقص في يقظته وغفلة عما قد يضره فلا يتعرف على ما قد يكون فيمن حوله من سلبيات وطباع سيئة، ومن ثم فتصوراته عنهم مجانبة للواقع مبالغة في التحسين والاستحسان غافلة عن المعايب لا تعلمها، وهذا بخلاف من يعلمها ولكنه يغفل عنها وعن إشاعتها لباعث ديني أو خلقي.

من يقظةٍ بالفتى إظهار غفلته ... مع التحرز من غدر ومن ختَل

الفراسة:

قال الله تعالى: ﴿ **إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِّلْمُتَوَسِّمِينَ** ﴾ [الحجر: ٧٥].

قال ابن القيم: «المتفرسون: الذين يأخذون بالسيماء وهي العلامة، يقال: توسمت فيك كذا، أي تفرسته، كأنها أخذت من السيماء، وهي فعلاء من السمة وهي العلامة . . . ـ إلى قوله ـ فإن الناظر متى نظر في آثار ديار المكذبين ومنازلهم، وما آل إليه أمرهم أورثه فراسة وعبرة وفكرة»(١).

فالمتوسمون هم المتأملون الناظرون بعين البصيرة كما قال ابن رواحة (رضي الله عنه) في النبي ﷺ:

إني توسمت فيك الخير أعرفه ... والله يعلم أني ثابت النظر

وكما قال الآخر:

توسّمتُ لما رأيت مهابة ... عليه وقلت: المرء من آل هاشم

وليست الفراسة ما يفعله كثير من الناس في اعتمادهم على حدس خاطئ

---

(١) التفسير القيم لابن القيم ـ جمع الندوي.

وظن سيء أو أوهام وتخرصات[1] إذ لابد في الفراسة من قرائن قوية الدلالة على المطلوب تراها عيون بصائر المتفرسين ذوي القرائح السليمة والأفهام والألباب .

الإلــهــام:

يميل بعض الناس إلى الارتكاء على أريكة الإلهام والاستدلال بذلك على ما يأتي به من تصورات وانطباعات حول الأشخاص أو الأشياء والمواقف . . . ويبالغ في إعطاء الإلهام نوعًا من الحجية والشرعية وقد يخلطه بعضهم بالفراسة ويعتمدون على ذلك في تقويم الأشخاص وطباعهم ويرون أنهم مصيبون في ذلك .

قال العلامة الشنقيطي[2] : «المقرر في الأصول أن الإلهام من الأولياء لا يجوز الاستدلال به على شيء ، لعدم العصمة ، وعدم الدليل على الاستدلال به ، بل لوجود الدليل على عدم جواز الاستدلال به .ـ إلى قوله ـ وقد ضمنت الهداية في اتباع الشرع ولم تضمن في اتباع الخواطر والإلهامات ، والإلهام في الاصطلاح : إيقاع شيء في القلب يثلج له الصدر من غير استدلال بوحي ولا نظر في حجة عقلية ، يختص الله به من يشاء من خلقه . أمّا ما يلهمه الأنبياء مما يلقيه الله في قلوبهم فليس كإلهام غيرهم ، لأنهم معصومون بخلاف غيرهم» .

وذكر صاحب كتاب مجمع الحقائق[3] أن الإلهام ليس بحجة لأنا لا نعلم هل

(١) ومنذ لك ما في بعض كتب الفراسة من استدلال على طباع الإنسان من خلال مقارنتها بصفات الحيوان كما في كتاب الفراسة للرازي كقوله «من عظمت آذانه فهو جاهل طويل العمر ، أما الجهل فلمشابهة الحمار» وأما طول العمر فلأجل استيلاء اليبس على المزاج» .

(٢) أضواء البيان ٤/ ١٥٩ .

(٣) نقلاً عن كتاب «قاعدة الأمور بمقاصدها» أ . د . عائشة بيومي/ جامعة الأزهر ـ ١٤٠٥هـ وكتاب مجمع الحقائق من كتب أصول الفقه للخادمي ت ١٢٧٦هـ.

هو من الله أو من الشيطان[١] أو من النفس.

فالاعتماد على دعوى الإلهام عند الحكم على طباع الناس وشخصياتهم خطأ واضح ويبدو أنه نوع من أنواع التسويغ لتبرير الاعتماد على التخرص والظنون.

٥ـ التقويم التطرفي (إفراط أو تفريط).

يقوم التقويم التطرفي على التفكير الحدي[٢] وهو خطأ بالغ جسيم من أخطاء التفكير التي نمارسها في عملية تفكيرنا دون أن ندركها أو نعي خطأنا فيها في كثير من الأحيان.

التفكير الحدّي هو الذي ينقسم فيه تقويم الأمور والاستنتاجات والانطباعات والتصورات التي يكونها الفكر عن الأشخاص[٣] إلى قسمين اثنين فقط لا ثالث لهما:

القسم الأول	القسم الثاني
ممتاز ـ طيب جداً	سيء ـ خبيث
خلوق ـ محبوب ـ صادق	مكروه ـ كاذب
فيه كل خصلة حميدة	فيه كل خصلة ذميمة
... الخ	... الخ

(١) من ذلك ما ذُكر عن الموسيقي «ترتني» أنه سمع الشيطان في نومه يعزف له مقطوعة موسيقية فاستيقظ وسجلها على الفور وأسماها «زمردة الشيطان».

(٢) انظر ص ١٦٠.

(٣) أو الأشياء أو المواقف.

فليس بين هذين الطرفين المتباعدين (تمام التباعد) منزلة لأحد من الناس فمن كان فيه صفات حسنة فكل الصفات الحسنة فيه وليس فيه صفة سيئة، وإن حدث ووجدت فيه صفة سيئة فقد أحرقت بنارها أوراق الصفات الحسنة كلها ونقلت صاحبها من أقصى اليمين إلى أقصى الشمال والعكس بالعكس.

وهذا الخطأ الجسيم في الحكم على الشخصيات كلّف الأمة الإسلامية الكثير عبر مئات السنين منذ زمن الخوارج الذين لم يستطيعوا أن يستوعبوا وجود بعض الذنوب والكبائر في المسلمين فأفرطوا في التشدد على المؤمنين وحاربوهم وكفّروهم واستباحوا دماءهم وأموالهم ثم جاءت الفرقة المتطرفة في الاتجاه الآخر (المرجئة) التي بالغت في التغاضي عن كبار الكبائر بل والشركيات فزكّت أهلها وأقرتهم على ما هم عليه.

وهكذا يفعل كثير من الناس اليوم في تقويمه للشخصيات وتعامله مع الناس (حتى مع أقرب المقربين إليه) إما أن يرفعهم في أعلى الدرجات أو يرميهم في أسفل الدركات فإن أُعجب بشيء من أخلاق شخص ما جعل كل ما فيه حسنًا وعميت عينه عن أي عيب فيه وإن ساءه شيء من أخلاق شخص جعل كل ما فيه سيئًا وعميت عينه عن أي حسنة فيه.

وعين الرضا عن كل عيب كليلة كما إن عين السخط تبدي المساويا

وأكثر ما يكون ذلك لدى المراهقين والمراهقات وأولئك الذين فيهم شيء من صفات الشخصية الحدّية المتقلبة المزاج[1].

ويكثر ذلك عند الشعراء المهتمين بشعر المدح والهجاء.

أما وجود شيء من التقويم التطرفي في حياة الزوجين في بداية حياتهما

(١) انظر الشخصية متقلبة المزاج (الحدية) ص ٣١١ .

الزوجية فهذا كثير وكثير جدًا فأغلب الأزواج والزوجات في أول مشوار حياتهما يعيشان نوعًا من السعادة والألفة التي تجعل عين الرضا كليلة عن كل عيب إلىٰ أن يبدأ التقارب العاطفي الجياش في الانخفاض ثم تظهر بعض الاختلافات (في التفكير والتعامل وغير ذلك) وربما بعض المشادات فتتغير عندئذ الانطباعات عند كل واحد منهما عن الآخر، وقد تنقلب منزلة أحدهما عند الآخر من أعلىٰ العلو إلىٰ أسفل السفل بحسب مقدار وجود التفكير الحدي وما يتبعه من تقويم تطرفي.

وهكذا يفعل بعض المعلمين والمعلمات والمربين والمربيات وبعض مديرو شئون الموظفين في تقويمهم لمن تحت أيديهم.

قال الله تعالىٰ: ﴿ **يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُونُوا قَوَّامِينَ لِلَّهِ شُهَدَاءَ بِالْقِسْطِ وَلا يَجْرِمَنَّكُمْ شَنَآنُ قَوْمٍ عَلَىٰ أَلاَّ تَعْدِلُوا اعْدِلُوا هُوَ أَقْرَبُ لِلتَّقْوَىٰ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ** ﴾ [المائدة: ٨].

وقال تعالىٰ: ﴿ **يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُونُوا قَوَّامِينَ بِالْقِسْطِ شُهَدَاءَ لِلَّهِ وَلَوْ عَلَىٰ أَنفُسِكُمْ أَوِ الْوَالِدَيْنِ وَالأَقْرَبِينَ إِن يَكُنْ غَنِيًّا أَوْ فَقِيراً فَاللَّهُ أَوْلَىٰ بِهِمَا فَلا تَتَّبِعُوا الْهَوَىٰ أَن تَعْدِلُوا وَإِن تَلْوُوا أَوْ تُعْرِضُوا فَإِنَّ اللَّهَ كَانَ بِمَا تَعْمَلُونَ خَبِيراً** ﴾ [النساء: ١٣٥].

فقد أمر الله تعالىٰ بالتزام العدل مع كل أحد صديقًا كان أو عدوًا وحذّر من اتباع الهوىٰ والجور في الحكم قولاً أو فعلاً، ومن الجورِ التطرفُ في البغض مع الخصوم وظلمهم لأجل كرههم وكذلك التطرف في الحب والمحاباة مع المقربين (كالوالدين والإخوة ونحوهم) لأجل قربهم ومحبتهم، فالحكمة تكمن في القيام بالقسط (العدل) والتجرد من الهوىٰ وعدم المغالاة في الحب أو الكره لأن العواطف إذا غلبت العقول جاءت بجور في الحكم.

يُروىٰ أن رجلين تآخيا فترة طويلة في شبابهما واستمرا علىٰ المودة والمحبة حتىٰ كبرا وصار لهما ذرية فرغب أحدهما أن يخطب ابنة صاحبه لابنه فتقدم إلىٰ

صاحبه وطلبها منه فقال له صاحبه: يا أخي أنت تعلم ما بيننا من المودة والمحبة الطويلة والصدق لذا فلن أسأل عن ابنك أحداً غيرك فهل تراه أهلاً لأن أزوجه ابنتي. فقال الرجل بلهجته العامية الصريحة: «لا والله، انحش[1] عنه».

كثير من الآباء والأمهات يجنون على بعض أولادهم (بنين أو بنات) من حيث لا يدرون وذلك حين يبالغون في تزكيتهم أثناء الخِطبة فيذكرون محاسنهم ويسترون معايبهم ليتم الزواج، ثم يتفاجأ أحد الزوجين بما في صاحبه مما لم يكن في الحسبان (من سوء الأخلاق وعوج الطبع أو ضعف الدين) مما يعود على الجميع بالضرر إما بالطلاق أو الشقاق بين الزوجين أو البغضاء والخلافات بين الأصهار وهذا ملحوظ بكثرة في مجتمعنا اليوم وفي العيادات النفسية منه شيء كثير وبالإمكان تلافي ذلك بالابتعاد عن التقويم التطرفي والقيام بالقسط في تقويم الناس ولو كانوا من المقربين.

وسيرة السلف تشهد بعدلهم في ذلك فأحدهم يُسأل عن أبيه هل هو ثقة في رواية الحديث فيقول: لا.

---

(١) انحش: اهرب عنه.

(ب) نحو منهج أصوب في تقويم الشخصيات*

١- احذر الأخطاء الشائعة في تقويم الشخصية

٢- اعرف شخصيتك فهي المنظار

٣- نوّع مصادر معلوماتك وانتبه لمصداقيتها

٤- انظر إلى جوانب الشخصية نظرة شمولية

٥- اجمع أكبر قدر ممكن من المعلومات المفيدة

٦- وازن بين السلبيات والإيجابيات

٧- لا يكن تقويمك نهائياً لا يقبل المراجعة

(*) اهتمت العديد من الأبحاث النفسية بالاختبارات والمقاييس الدقيقة لسمات الشخصية ومعرفة انحرافاتها مما هو مفصل في المراجع النفسية المختصة ويدرس في المعاهد والكليات وليس المراد هنا الدخول في تلك التفصيلات التخصصية الدقيقة في مجال الشخصية وإنما المراد توضيح بعض الأسس المهمة في هذا المجال لتفيد غير المختصين بالعلوم النفسية.

١ ـ احذر الأخطاء الشائعة في تقويم الشخصية

* الاعتماد على المظهر دون المخبر.
* الاعتماد على آراء الآخرين دون تثبت.
* الاعتماد على انطباع الشخص عن نفسه.
* الاعتماد على الظن والحدس والتخمين دون قرائن كافية.
* التقويم التطرفي.

وقد سبق تفصيل ذلك في الفصل السابق.

٢ ـ اعرف شخصيتك فهي المنظار.

لماذا؟

إن كثيرًا من الصفات الشخصية والطباع الإنسانية أمور نسبية يتفاوت الناس (شعوبًا وأفرادًا) في تقديرها وتصنيفها.

فالغيرة على المحارم خلق حسن حميد وهو وسط بين الريبة والدياثة وهذا معلوم نظريًا وسهل فهمه وتصوره ما دام كلامًا يقال ويكتب ويقرأ ولكن الأمر يختلف عندما يُنزّل ذلك في أرض الواقع فكم من زوج فيه ريبة وغيرة غير طبيعية (مرض شك) فهو يبالغ في غيرته على زوجته السوية العفيفة ويضيّق عليها الخناق بسبب غيرته التي يراها أمرًا طبيعيًا، والعكس قد يحصل في حالات أخرى، وهذا موجود في المجتمع اليوم وتنشأ بسببه خلافات زوجية كثيرة.

والمفرط في التفاؤل قد يرى الناس من حوله متشائمين والعكس.

والمفرط في الأنانية قد يرى الناس مبالغين في الإيثار والعكس يقع أيضًا. وكذا المفرط في البخل قد يرى الناس مبذرين مسرفين في الإنفاق والعكس يقع أيضًا، ومن فيه عجب وخيلاء قد يرى الناس الأسوياء صغارًا ناقصين، وعكسه

من يبالغ في احتقار ذاته قد يرئ الأسوياء وكأنهم متكبرون عليه وكذا من فيه تشدد في الدين وإفراط قد يرئ بعض الأسوياء من حوله وكأنهم مقصرون في تعاليم الدين متساهلون فيه والعكس يحدث أيضًا وكذا الشخص هادئ الطبع جدًا (بارد الأعصاب كما يقال) قد يرئ غيره وكأنهم حارّوا الطباع شديدو الاهتياج والعكس يقع أيضًا.

وهكذا الأمر في كثير من الصفات والأخلاق؛ ليس لها ضابط عملي يوضح حدودها ويبين معالمها بمقياس ملزم للناس.

وكلما كان الشخص أعرف بنفسه وصفاته صار أقرب إلىٰ الحكم الصواب والتقويم السليم لطباع الآخرين وأخلاقهم.

ومن الحكمة إذا أشكل علىٰ الشخص تقويم بعض الصفات والأخلاق والحكم عليها في نفسه أو غيره أن يطلب مشورة غيره في ذلك فينظر بمنظار آخر غير منظاره (وليكن منظارًا معتدلاً قدر الإمكان) مما يعينه علىٰ الخروج بتصور أفضل ورسم صورة أوضح مما لو اقتصر علىٰ منظاره الشخصي فإن النظارة السوداء تجعل الجوَّ في عينيّ مرتديها غائمًا بينما هو صحو لا غيم فيه، وإن الكأس الأحمر يجعل الماء في عيني الناظرين أحمر اللون . . .

ماذا ينبغي أن أعرف؟

تحتاج أن تعرف سلبياتك وإيجابياتك كيفًا وكمًا (إن أمكن) ومدىٰ تأثيرها عليك في تصوراتك وانطباعاتك.

اعرف أكبر قدر تستطيعه عن عيوبك وأثرها السلبي عليك.

ومهما تكن عند امرئ من خليقة ... وإن خالها تخفى على الناس تعلم

ولهذا طرق متنوعة فصّلها المهتمون بعلوم الأخلاق والسلوك فمن ذلك:

١ـ الانتفاع من انتقادات المخالفين المتلمّسين للعيوب والعثرات.

فمن العداوة ما ينالك نفعـه　　　　ومـن الصداقة ما يضرو يؤلمُ

٢ ـ مقارنة عيوب الناس بعيوب النفس والبحث في النفس عن العيوب الخفية فيها الجلية أمامها في غيرها.

روي عن عيسىٰ (عليه السلام) أنه قال: «**رأيت جهل الجاهل شيئًا فاجتنبته**».

٣ ـ من الناصحين من حولك بإطلاعك علىٰ عيوبك.

روي عن عمر بن الخطاب (رضي الله عنه) أنه قال: «**رحم الله امرءًا أهدى إلي عيوبي**».

٣ ـ نوِّع مصادر معلوماتك وانتبه لمصداقيتها.

إن اقتصرت علىٰ مصدر واحد فقد تكون المعلومات محدودة والنظرة قاصرة والمصداقية ضعيفة فتقع في شيء من الأخطاء الشائعة السابق ذكرها.

إنّ تنويع مصادر المعلومات عن الشخصية موضع التقويم لا يعني إكثار عددها بقدر ما يعني إكثار نوعيتها (معلومات من صديق ومن نسيب ومن جار ومن زميل في العمل. . .) فهذا يفيد في تنويع الزوايا التي تنظر منها إلىٰ تلك الشخصية فكل زاوية قد تعكس ما لا تعكس الأخرىٰ أو تؤكد ما تقول أو تنفيه وهذا يريك مواضع الاتفاق ومواضع الاختلاف في نظرة الآخرين لتلك الشخصية، كما ينبغي الاهتمام بمصداقية مصدر المعلومات؛ فرأي الصدوق المنصف الذي يعرف الكثير عن الشخص الذي تريد تقويمه أفضل بكثير من رأي عشرة أفراد غير منصفين أو لا يعرفون معلومات وافية عن الشخص.

نَوْعُ المصدر ونوع المعلومة.

في أمور الزواج تحتاج أن تسأل عن الأمور الأخلاقية السلوكية والدينية والاجتماعية في حياة الشخص فابحث عن المصدر الأجدر في معرفة هذه الأمور.

وفي أمور التوظيف والمعاملات المالية تحتاج أن تعرف مدىٰ أمانة الشخص وصدقه في التعامل ونحو ذلك فاطلب الشخص الأعرف بهذه الجوانب .

وهكذا الأمر في أي جانب من جوانب الشخصية لابد من التلاؤم بين نوع المعلومة التي تريد أن تعرفها عن الشخص وبين نوع المصدر وقدرته علىٰ إعطاء معلومات ذات مصداقية عالية .

فاتِ كل جانب من جوانب شخصية الفرد من الباب المناسب له والنافذة المطلة عليه .

وليت للناس خطًا في وجوههم   تبين أخلاقهم فيه إذا اجتمعوا

٤ ـ انظر إلى جوانب الشخصية نظرة شمولية.

لمــــاذا؟

قلّما تجتمع في شخص واحد الصفات الإيجابية والخصال الحميدة والأخلاق الرفيعة كلها وقلّما يخلو شخص من صفات حسنة مهما كان فيه من خصال سيئة .

إن الاقتصار علىٰ بعض جوانب الشخصية دون بعض يعطي صورة ناقصة لا تعكس حقيقة تلك الشخصية فقد لا نرىٰ إلاّ جوانب الحُسن لأننا لم نبحث عن غيرها وقد لا نرىٰ إلاّ الجوانب السلبية لأننا لم نتلمس الجوانب الإيجابية .

إن كثيراً من الأشخاص الذين يتمتعون باللباقة الاجتماعية غالبًا ما يكسبون إعجاب الناس في المناسبات الاجتماعية ولا سيما أولئك الذين يقابلونهم أول مرة ولا يعرفون شيئًا عن شخصياتهم فإذا علمنا أن نسبة كبيرة من أولئك الذين يجيدون الظهور بالمظهر اللبق اجتماعيًا لا يخلون من النفاق الاجتماعي والأنانية والمكر وغير ذلك من الخصال التي لا تتضح بالاقتصار علىٰ بعض جوانب الشخصية وإغفال بعضها ، أدركنا أهمية النظرة الشمولية .

وكم من أخ قد ذقتـه ذا بشاشـة إذا ساغ في عيني يغص به حلقي

مـــــاذا؟

إن جوانب الشخصية متعددة متنوعة وبينها تفاوت في أهميتها، وأيضًا يتفاوت الناس في تقدير أهمية تلك الجوانب وليس بالأمر الهيّن وضع تصور شامل لجميع جوانب الشخصية بحيث يكون دقيقًا متكاملاً ويتفق عليه الباحثون في المجالات النفسية فهذا مجال طالما اختلفت فيها وجهات النظر وتحليلات الباحثين ولا سيما إذا أخذنا في الحسبان أن الشخصية بجوانبها المتعددة لها تعلقات بالبيئة والثقافة والمجتمع وما في ذلك من مؤثرات يختلف الناس في العالم فيها اختلافًا كبيراً.

إن ما سبق لا يعني استحالة تحديد بعض الجوانب المهمة في الشخصية للنظر إليها نظرة شمولية (قدر الإمكان) تساعد في تكوين انطباع متوازن حول صفات الشخص وأخلاقه ولعل هذا يتضح أكثر بعد استعراض باقي فصول هذا الكتاب التي تلمس جوانب متنوعة في الشخصية ولكن سأشير هنا إشارة عابرة إلى:

أهم الجوانب التي تنبغي مراعاتها عند تقويم الشخصية والحكم عليها

* مدى الانفتاح الاجتماعي والخلطة مع الناس والتآلف العاطفي.

* المهارات الاجتماعية التواصلية (المحاورة ـ التفاهم ـ التعاون ـ توكيد الذات[1]. ومراعاة المعايير والقيم الاجتماعية والاهتمام بالهندام).

* التفكير (عمقه وأبعاده وسرعته) والنباهة والتركيز الذهني.

* مدى سعة الأفق وبعد النظر.

---

(١) توكيد الذات: قدرة الفرد على التعبير الملائم (لفظًا وسلوكًا) عن مشاعره وأفكاره وآرائه تجاه الأشخاص والمواقف من حوله، والمطالبة بحقوقه دون ظلم أو عدوان. انظر ص ٢١٤ ـ ٢١٧.

* القدرة على تكوين آراء جيدة واتخاذ قرارات سليمة.

* المشاعر والعواطف (مقدارها ـ درجة حساسيتها ـ ثباتها).

* الثقة بالنفس وتقدير الذات وفكرة الشخص عن نفسه (الغرور / الخجل)

* الضمير ومراعاة المعايير الأخلاقية (الصدق والوضوح في الأقوال والأفعال ـ الأمانة ـ النزاهة . . .).

* التدين (عاطفة ـ وفكراً ـ وسلوكًا).

* مدى القدرة على تحمل الضغوط النفسية والاجتماعية، والتكيف مع الأزمات.

* التنظيم الذاتي (إدارة الوقت ـ ترتيب الأولويات ـ تحديد الأهداف . . .)

* المواهب والقدرات والإمكانات والطاقات.

* الاهتمامات والهوايات وقضاء أوقات الفراغ.

* مدى الثقة بالآخرين أو الشك فيهم.

* مدى الاستقلال الشخصي/ التبعية.

* المبادرة الذاتية والدافعية.

* مستوى الطموح.

* مدى الأنانية / الإيثار.

* مدى الواقعية/ المثالية.

* مدى المرونة/ الصلابة في الآراء والاتجاهات.

* ضبط الانفعالات (الغضب والانتقام/ الحلم).

* ضبط الرغبات والشهوات (الاندفاع / الصبر، العجلة/ الرفق).

٥ـ اجمع أكبر قدر ممكن من المعلومات المفيدة.

كلما ازددت علمًا بالشخص (عمقًا واتساعًا ودقة في معلوماتك عنه) زادت درجة الدقة في تقويمك لشخصيته، وهذا يتطلب جمع أكبر قدر ممكن من المعلومات المفيدة عن الشخصية.

إن للعامل الزمني دوراً مهمًا في ذلك فإن السيرة تدل على السريرة كما يقال، فتاريخ الأشخاص يعين (وليس بالضرورة أن يدل) على فهم بعض جوانب شخصياتهم (من حيث ثبات علاقاتهم مع الناس ونوع اهتماماتهم وانجازاتهم وتفاعلهم مع الأحداث من حولهم والظروف السابقة التي مروا بها والمؤثرات التي تعرضوا لها وأخلاقهم وسلوكياتهم . . ونحو ذلك).

ومن الرجال معالم ومجاهل ومن النجوم غوامض ودراري
والناس مشتبهون في إيرادهم وتفاضل الأقوام في الإصدار

وكلما طالت المدة الزمنية أمكن معرفة المزيد من المعلومات عن الشخصية ولا سيما إذا تنوعت المواقف والظروف واختلفت الأحوال بحيث تستحثّ كوامن الصفات الشخصية والأخلاق وتبرزها.

كل يوم تبدي صروف الليالي خلقًا من أبي سعيد غريبًا

وبعض الناس فيه أخلاق حميدة كثيرة، هي الغالبة في شخصيته ولكن فيه علة خفية مقيتة لا تتضح إلا بعد تأمل وعمق نظر، وقد لا تبدو إلاّ في أوقات محدودة أو ظروف معينة أو مع أشخاص معينين.

وبعض خلائق الأقوام داء كداء البطن ليس له دواء

وهذا لا يعني البحث عن عيوب الناس وما خفي من مساوئهم والتفتيش عن عوراتهم والتلذذ باكتشافها والتفكه بذكرها وتعدادها، فقد قال الرسول ﷺ: «**ولا تحسسوا ولا تجسسوا ولا تحاسدوا ولا تباغضوا**» رواه البخاري.

شر الورى بمساوي الناس مشتغل　　　مثل الذباب يراعي موضع العلل

وكل منا فيه عيوب ونقائص لا يسعده انكشافها، ويكفيه الاشتغال بإصلاحها عن متابعة عيوب الخلق.

لا تُشغلن بعيب غيرك غافلا　　　عن عيب نفسك إنه عيان

٦ـ وازن بين السلبيات والإيجابيات (دون إفراط أو تفريط)

سبق أن بينت خطأ التقويم التطرفي الذي يبالغ في الغلو في الأشخاص أو الإجحاف في حقهم حسب إفراطه في اعتبار الإيجابيات أو السلبيات في الشخصية موضع التقويم. فمن الناس من تعجبه خصلة واحدة في الشخص فيزنها بعشرة أضعافها، وقد ترجح عنده بسلبيات كالجبال والعكس صحيح فمن الناس من يمقت صفة ذميمة في شخص فيضخم حجمها إلىٰ أن تطغىٰ علىٰ أضعاف أضعافها من الصفات الحميدة في ذلك الشخص.

ومما يروىٰ عن ابن سيرين قوله:

«ظُلمٌ لأخيك أن تذكر منه أسوأ ما تعلم، وتكتم خيره».

لا مفر من السلبيات في أخلاق البشر مهما بلغوا من العقل والعلم والخلق (حاشا الأنبياء) فينبغي النظر لشخصيات الآخرين بواقعية لا بمثالية يكاد يستحيل الوصول إليها.

من لك بالمهذّب النّدب الذي　　　لا يجد العيب إليه مختطى

فمن الحكمة وضع الإيجابيات في موضعها بحسب عددها وحجمها وثقلها، وكذلك (الأمر مع السلبيات) مع الالتفات إلىٰ جانب مهم يغفل عنه كثير من الناس ألا وهو مدىٰ التلاؤم بين الإيجابيات (وكذا السلبيات) وبين الهدف المنشود من تقويم الشخصية.

فتقويم شخصية امرأة لأجل الاقتران بها يختلف عن تقويم شخصيتها لأجل توظيفها كمعلمة مثلاً، فالمعايير المستند إليها في التقويم في الحالتين تتفاوت في الأهمية فالمرأة شديدة الخجل غير القادرة على الإقناع والإيضاح والإفصاح عما بنفسها قد يعوقها ذلك عن الحصول على وظيفة معلمة ويعد سلبية في شخصيتها لكنه في موضوع الزواج قد يكون إيجابية مرغوبة لدى بعض الرجال.

والشخص الذي فيه عاطفة جياشة وإيثار زائد ومجاملة للآخرين قد يُعد ذلك له من الإيجابيات إذا أريد له العمل في مجال ذي طابع خيري (أعمال إغاثية ونحوها) بينما يكون ذلك من السلبيات في شخصيته إذا أريد له العمل في مجال إداري تجاري يتطلب المفاوضة مع العملاء دون مجاملات ولا إيثار.

فإذا حددت الهدف المنشود من تقويم الشخصية (مصاهرة ـ توظيف ـ تعامل مالي) فاحرص على التلاؤم بين الإيجابيات (وكذا السلبيات) وبين جوانب الشخصية، أما إذا غاب الهدف عن البال وتطلعت النفس إلى الكمال في مواصفات شخصيات الآخرين فقد يتعذر الحصول على شخص ترضى عنه النفس وقد يطول زمن البحث أو تضطرك الظروف إلى شخص دون المطلوب.

عتبت على بِشرٍ فلما جفوته   وعاشرت أقوامًا بكيت على بشر

قال رسول الله ﷺ: **«لا يفرك مؤمن مؤمنة، إن كره منها خُلقًا رضي منها خلقًا آخر»**[1].

الطالب المثالي/ الموظف المثالي ...

إن البحث عن الشخصية المثالية الكمالية شاقٌ، والوصول إليها أشق وأصعب. يعمد بعض المعلمين والمعلمات والإداريين والإداريات إلى اتخاذ الدعوة إلى المثالية في الشخصية وتكريمها حافزًا لتطوير شخصيات الطلاب أو

(١) رواه مسلم.

الطالبات أو الموظفين أو الموظفات وهذا له ما يسوغه في علم النفس التربوي والإداري ولكن يخلط كثير من الناس بين تكريم المتفوقين (على ما فيهم من عيوب وسلبيات)وبين الدعوة إلى المثالية والكمال المطلق بطريقة لا تقبل وجود العيوب والسلبيات، الأمر الذي يتولد عنه نتائج تربوية عكسية فكم من طالب وطالبة وموظف وموظفة كُرِّموا لمثاليتهم التي فهموا (أو أفهموا) أنها تعني الخلو من السلبيات واجتماع الإيجابيات كلها واستمرارها على الدوام في شخصية الفرد مما يجعل الشخص المثالي هذا يرهق نفسه ويكلفها ما لا تطيق ويحاسبها حسابًا شديدًا على هفوات يسيرة هي من ملازمات بشرية الإنسان. قال ﷺ: **«كل ابن آدم خطاء ...»**[(١)]، أو يجعله يغتر بنفسه ويعجب بها.

٧ـ لا تجعل تقويمك ختاميًا نهائيًا جامدًا لا يقبل التغيير.

من الناس من إذا تصور شخصًا في وقت من الأوقات بطباع معينة قوّم شخصيته على ذلك التصور تقويمًا نهائيًا لا يقبل التغيير فيطبعه في ذهنه كطبعة الختم على الورق، ومهما غيّر ذلك الشخص من طباعه وسلوكياته فالانطباع المأخوذ عنه هو نفسه الانطباع الأول الثابت في الذهن.

وهذا أمر يعاني منه بعض المراهقين والمراهقات في البيوت والمدارس مع الآباء والأمهات والمعلمين والمعلمات فبعضهم يصدر منه بعض التصرفات التي تجعل أحد الوالدين أو المعلمين يتصوره سيئًا مقيمًا على السوء مصرًا عليه وأن طباعه طباع سوء ولن تتغير فيعامله على هذا الأساس فيظلمه، لأن المراهق لا تزال شخصيته قابلة للتغيير والتعديل والتحسين وقد يتغير إلى الأفضل ولكن لا يساعده من حوله في ذلك لأنهم أبقوا في أذهانهم تلك الانطباعات السابقة عنه وحكموا على شخصيته حكمًا ختاميًا لا يقبل التعديل.

---

(١) رواه الترمذي وابن ماجة وأحمد والدارمي.

يُقوّم الشارخ[١] مــن زيغانــه فيستوي ما انعاج منه وانحنــى

والشيخ إن قوّمتـه مــن زيغـه لم يُقم التثقيف منه مــا التــوى

فأبقِ شيئًا من المرونة في تصوراتك حول الأشخاص واجعلها قابلة للتعديل سلبًا أو إيجابًا، خفضًا أو رفعًا بحسب ما يزداد من علمك بالشخص وبواقع أحواله فإن في الشخصية جوانب متغيرة وجوانب شبه ثابتة، فمن الجوانب المتغيرة: الاهتمامات والتوجهات والتصرفات والأفكار والمعتقدات والآراء والمواقف تجاه الأشخاص والقضايا . . .

* * *

(١) الشارخ: الفتى الشاب.

الباب الثالث

اعتلال الشخصية

١- الشخصية بين السواء والاعتلال

٢- الحيل النفسية

٣- أخطاء التفكير والأفكار

(١) الشخصية بين السواء والاعتلال

* الشخصية السوية.
* علامات اعتلال الشخصية
* التكيف مع الضغوط النفسية

الشخصية السوية

يندر أن يوجد على الأرض حاضراً أو مستقبلاً شخص سوي تام السواء في صفاته وطباعه كلها، كما قيل:

من لك بالمهذب الندب الذي　　　لا يجد العيب إليه مختطى[١]

وروي عن سعيد بن المسيب قوله: «**ليس من شريف ولا عالم ولا ذي فضل إلا وفيه عيب ولكن من الناس من لا ينبغي أن تذكر عيوبه، فمن كان فضله أكثر من نقصه وهب نقصه لفضله**».

ويصعب وضع معايير وضوابط دقيقة لتكون جامعة للصفات السوية في الشخصية ومانعة لغيرها، ولا سيما أن الناس يختلفون في نظرتهم لصفات السواء والاعتلال وفي الحدود الفاصلة بينها.

اهتم بعض الباحثين النفسانيين المسلمين[٢] بوضع بعض الأطر العامة للشخصية السوية منطلقين في ذلك من المنطلق التربوي الإسلامي المستند إلى نصوص الكتاب والسنة ومن ذلك هذه الأطر الآتية:

١ ـ **التوازن** في تلبية مطالب الجسد والروح وبين العباديات والماديات وبين الآخرة والدنيا[٣].

---

(١) ومن الشعر النبطي قول محمد القاضي:

ما ذكر مخلوق عن العيب معصوم　　　إلا الذي ظِلَّل عليه الغمام

(٢) انظر علم النفس الدعوي، د. عبدالعزيز النغيمشي.

(٣) كم من ذكر وأنثى فيهم من الذكاء والظرف واللباقة قدر كبير لكنهم لا يكادون يقيمون للآخرة وزناً مما يُخلّ باتزان شخصياتهم.

٢ ـ **الفطرية** وتعني انسجام السلوك مع السنن الفطرية التي فطر الله الناس عليها .

٣ـ **الوسطية** وهي خيرية السلوك وفضيلته والتوازن في أدائه بين الإفراط والتفريط .

٤ ـ **الاجتماعية** وتعني قدرة الشخص على إقامة علاقات إنسانية في الوسط الاجتماعي الذي هو فيه .

٥ ـ **المصداقية** وتعني الصدق مع الذات ومع الناس ، وتطابق ظاهر الإنسان مع باطنه .

٦ ـ **الإنتاجية** وهي إتجاه الإنسان إلى الإنتاج وتحمل المسئولية بحدود قدراته .

واقترح د. فرج طه[١] معياراً للشخصية السوية يشمل عدة أبعاد أهمها الأبعاد الآتية :

١ ـ القدرة على الفهم الصائب للنفس وللآخرين .

٢ ـ الإدراك السليم للواقع ومعرفة عناصره .

٣ ـ الخلو من التخلف العقلي وما يتصل به من قصور في القدرات العقلية .

٤ ـ القدرة على ضبط النفس ، والتحكم في الانفعالات والأهواء الشخصية .

٥ـ القدرة على الحب والتعاون والإيثار[٢] .

٦ ـ الطموح المناسب للشخصية والأهداف الواقعية في الحياة .

---

(١) فرج طه ، إطار معياري للشخصية السوية ـ مجلة دراسات نفسية ـ اكتوبر ١٩٩٥م .

(٢) الإيثار المتزن النابع من قناعة ورضا وليس بسبب الاستسلام والمجاملة ، انظر ص ١١٤ و ص٢١٥ .

٧ـ القدرة على العمل المنتج البناء .

٨ـ الجدية والقدرة على تحمل المسئولية .

٩ ـ القدرة على تحمل الإحباطات والصدمات .

١٠ ـ هدوء الشخصية واطمئنانها وإحساسها بالراحة النفسية .

١١ ـ تبني القيم الخيرة والبناءة .

١٢ـ الاستمتاع بالصحة النفسية .

ويمكن أن يضاف إلى ما سبق ذكره أمران هما :

[١] الرجوع إلى الصواب بعد الوقوع في الخطأ.

فالشخص السوي ليس معصومًا من الخطأ والزلل لأنه بشر تؤثر فيه الغفلة والنسيان والهوى والشهوة والشبهة، وكلما بادر إلى العودة إلى جادة الصواب كان أقرب إلى السواء في شخصيته .

«كل ابن آدم خطاء، وخير الخطائين التوابون»(١) .

لذا فمهما كان في الشخص من فضائل ومحاسن وخلال كريمة فلا يكاد يخلو من بعض الصفات السلبية التي لا تصل به إلى درجة اعتلال الشخصية واضطرابها .

[٢] انضباط مركز التوجيه النفسي وتوازنه.

يتجاذب سلوك الإنسان وتصرفاته عاملان مهمان :

* الأول : الرغبات الداخلية التي تهواها النفس (الشهوات واللذات . . . .)

* الثاني : الضابط الخارجي الذي يحكم المجتمع (تعاليم الدين وأعراف

---

(١) رواه الترمذي وغيره .

المجتمع . .).

فالشخص السوي لا تستعبده لذاته وشهواته وينطلق نحوها غافلاً عما يسبب له ذلك من الذم أو الخسران والندم في عاجل أمره أو آجله فهو يراعي الضوابط الخارجية بوعي ودون تضخيم لدورها فلا يجعل منها قيوداً وأغلالاً تكبّله عن مغانم له مشروعة لا حرج ولا جناح عليه فيها عند الله فهو يمضي في طريقه بتوازن بين الرغبات والضوابط مطمئنًا بذلك، وهذا السواء وسط بين طرفين اثنين:

* **أحدهما** : الانطلاق نحو الرغبات الخاصة بدافع الهوىٰ دون مراعاة للضوابط المحيطة إما بانتهاكها علانية أو بالتحايل عليها والتمويه علىٰ المجتمع بالنفاق والمداهنة ويكثر هذا في الأنانيين الأذكياء ذوي الضمائر الضعيفة.

* **ثانيهما**: الاستسلام التام للضوابط الخارجية دون تمييز بين ما هو ضابط شرعي ملزم[١] وبين ما هو ضابط اجتماعي قابل للتغيير أو التجاوز. بل من الناس من يستسلم للضوابط الاجتماعية (الأعراف والعادات) وينضبط بها أكثر من استسلامه للضوابط الشرعية وانضباطه بها وقد يحرم بذلك نفسه من حقوق له مشروعة انسياقًا للضابط الاجتماعي علىٰ حساب حاجاته الخاصة ويكثر هذا في المجاملين الخائفين من النقد الاجتماعي[٢].

---

(١) وضوابط الشرع ما وضعت تقييداً لمصالح العباد وحرماناً لهم من حظوظ أنفسهم وإنما وضعت لمصالح فردية وجماعية قدّرها الذي سوىٰ النفس البشرية فألهما فجورها وتقواها الحكيم العليم سبحانه.

(٢) انظر ضعف توكيد الذات ص٢١٢ .

علامات اعتلال الشخصية

هناك عدد من العلامات العامة والخاصة الدالة على اعتلال الشخصية، فالعامة تدل على وجود علة ما في الشخصية، والخاصة تحدد بمجموعها نوع اضطراب الشخصية (مرتابة ـ اعتمادية ـ انطوائية).

علامات عامة	علامات خاصة
١ـ إشكالات كثيرة ومتكررة في التعامل مع الآخرين والتفاهم معهم (كالوالدين والأولاد والإخوة والأخوات والأقارب والجيران وزملاء الدراسة أو العمل...)	لكل نوع من اضطرابات الشخصية ما يميزه ويحدده من العلامات الخاصة.
٢ـ صعوبات متكررة في التكيف مع الضغوط النفسية وضعف القدرة على مواجهة الأزمات والمشكلات (في البيت أو المدرسة أو في العمل ...).	فالشخصية سيئة الظن يغلب عليها الشك في الآخرين والريبة الزائدة والحذر من الناس.
٣ـ خلل بارز في ضبط المزاج والعواطف أو في كميتها وكيفيتها (برود في العواطف ـ سرعة جيشان العاطفة ـ تقلب مفاجيء في المزاج ...).	والشخصية المخادعة يغلب عليها النفاق الاجتماعي والمراوغة وضعف الضمير.
٤ـ أخطاء[1] بارزة ومستمرة في طريقة الفهم والتفكير والاستدلال والاستنتاج والتصورات الذهنية ليست بسبب تخلف عقلي أو مرض عقلي طارئ (كالفصام العقلي ونحوه).	* والشخصية الاعتمادية يغلب عليها الركون إلى غيرها والاستناد إلى الدعم الخارجي والقلق عند فقده.
٥ـ خلل بارز في التصرفات والسلوك (في النوع أو الكم). (تصرفات غير لائقة اجتماعيًا أو دينيًا ـ اندفاع في التصرف دون تفكير مسبق ـ إحجام شديد ...).	* والشخصية التجنبية يغلب عليها خشية انتقادات الآخرين وتفاديها وتحاشي الاختلاط بالآخرين لأجل ذلك.
٦ـ الإفراط في استعمال الحيل النفسية[2] واللجوء إليها كثيرًا والاعتماد عليها في مواجهة المشكلات والصعاب.	* وغير ذلك من العلل والعلامات الدالة عليه مما هو مذكور في الفصول اللاحقة.

(١) انظر أخطاء التفكير والأفكار ص ١٢٣ وما بعدها.

(٢) ... بعدها.

اعتبارات مهمة

هنا عدة اعتبارات مهمة تتعلق بعلامات اعتلال الشخصية ينبغي توكيدها وهي:

١ـ ليس بالضرورة أن توجد العلامات العامة كلها مجتمعة في شخص واحد بل قد لا يوجد فيه سوى نصفها مما هو بارز ظاهر في شخصية الفرد وكفيل بإدخاله دائرة الاعتلال النفسي في كيان الشخصية.

٢ ـ العلامات العامة يصاحبها علامات خاصة تحدد طبيعة اضطراب الشخصية وهي التي تنعكس على شخصية الفرد وتبرز العلامات العامة.

٣ ـ لا يُشخَّص اعتلال الشخصية دون سن الثامنة عشر (ويرى بعض الباحثين تأجيله إلى ما بعد سن الحادية والعشرين) حيث إن فترة المراهقة يصاحبها العديد من التقلبات المزاجية والسلوكية والفكرية مما قد يعزى خطأ إلى اعتلال في الشخصية وليس هوكذلك حيث تعود صفات الشخصية إلى الاستقرار بعد تجاوز معمعة المراهقة.

٤ ـ لابد من توافر العلامات الكافية للتشخيص وأن يكون لها طابع الاستمرار أو التواجد الغالب في صفات الشخص خلال فترة زمنية كافية (سنوات) بعد فترة المراهقة.

٥ ـ ألا تكون تلك العلامات مرتبطة بمواقف محددة أو أشخاص معينين أو مكان مخصوص أو زمن مخصوص وإنما هي مرتبطة بتكوين الشخص وبنائه النفسي.

٦ ـ ألا تكون تلك العلل ناتجة عن مرض عضوي في الجسم أو تخلف عقلي أو مرض نفسي أو تناول مسكرات أو نحوها.

٧ ـ أن يكون تقويم تلك الاعتلالات والحكم عليها مستنداً إلى المصداقية

المناسبة من حيث المعلومات الوافية مع الوثوق بمصدرها ولا سيما في حالات الخلافات الشخصية إذ من الخطأ الاعتماد على رأي أحد المتخاصمين في معرفة صفات خصمه فقلّما يكون منصفًا في ذلك ومن الحيف والجور قبول قوله في شخصية خصمه وفي مقابل ذلك هناك من يبالغ في تصوير الصفات الإيجابية فيمن يرتاح لهم من الأشخاص ويتغاضى جاهلاً أو قاصراً عن كثير من الصفات السلبية .

التكيف مع الضغوط النفسية:

يكاد هذا الأمر يعد من أهم العوامل الممحِّصة لمدى استقرار الشخصية ومعرفة خفاياها وما تحت أقنعتها فثمة صلة وثيقة جدًا بين صحة الشخصية وبين قدرتها على مواجهة الضغوط النفسية والتكيف معها بصورة صحيحة سليمة تنفع الشخص في أمور دينه ودنياه ولا تضر غيره .

فالشخص كلما كان أقرب إلى السواء والاستقرار في شخصيته كان أقدر على تحمل الضغوط النفسية والأزمات والعقبات والمشكلات الشخصية والصراعات النفسية الشعورية وغير الشعورية والتأقلم مع متطلباتها وأصبح أكثر قدرة على تحقيق النجاح في حياته وشق طريقه نحو أهدافه والعكس بالعكس .

كم من شخص يعجب الناس بمظهره وسلوكه وكلامه ويعدونه ناجحًا في حياته ولكنه عندما تعتريه بعض الضغوط النفسية تظهر علته ويبرز خلله ومشكلته أيًا كانت (اضطراب في المزاج أو السلوك أو التفكير) بحيث لا يستطيع التكيف السليم والتأقلم الناجح مع تلك المشكلة، والأمثلة لهذه الحالات في المجتمع كثيرة جدًا .

* فهذا شاب طلق زوجته بعد بضعة أشهر من زواجهما لمجرد خلاف يسير بينهما لم يستطع التعامل معه بأسلوب مناسب .

* وذاك طالب جامعي كلما واجهته صعوبة في مادة ما حذف الفصل الدراسي كله وهو مستمر على هذا المنوال منذ سنتين .

* وتلك امرأة ذهبت إلى بيت أهلها تاركة زوجها وأولادها لم تستطع أن تواجه بعض الضغوط الاجتماعية اليسيرة مع أقارب زوجها .

* وذاك رجل يصاب بالإحباط والقلق والتوتر سريعًا كلما واجه مشكلة يسيرة في عمله ويتنقل من عمل إلى عمل لا يستطيع أن يتكيف مع مشكلات عمله بهدوء واتزان .

* وتلك امرأة أخرى تجادل زوجها وتعانده وتعارضه وتراقبه بشك وريبة وقد ازداد شكها وظهرت حقيقة شخصيتها المرتابة بعد أن فشلت في إسعاد زوجها في الفراش .

ردود الأفعال الخاطئة تجاه الضغوط النفسية.

من العلامات الدالة على اعتلال الشخصية هذه التصرفات (عند التعرض للضغوط).

١ ـ الهرب من حقيقة الواقع بالحيل النفسية [١] .

٢ ـ الاستسلام التام للظروف والخضوع لتحكم الآخرين وتسلطهم .

٣ ـ الاستعطاف المبالغ فيه واستجداء الآخرين وإذلال النفس في غير طاعة الله .

٤ ـ إيذاء الآخرين والتهجّم عليهم قولاً أو فعلاً .

٥ ـ إيذاء الجسد وإيلام النفس عمداً .

٦ ـ الهرب إلى المسكرات ونحوها .

٧ ـ الابتعاد عن أرض الواقع ومسرح الأحداث أو التعامي عن المشكلة .

٨ ـ العناد والرفض لأي تدخل إصلاحي خارجي .

---

(١) انظر الحيل النفسية ص ٧٩ وما بعدها .

٩ ـ التعالي والاستكبار.

إن ردود الأفعال هذه لا تحل المشكلة التي يواجهها الشخص ولا تزيل معاناته النفسية بل قد تزيدها أضعافًا مضاعفة وهذا ما يبرز لدى أولئك الذين فيهم علل في شخصياتهم.

الخطوات المناسبة لمقاومة الضغوط النفسية.

هذه الخطوات تسهم في حل المشكلة وتجاوز العقبة وفي تخفيف المعاناة النفسية ويسلكها (أو بعضها) الشخص السوي فتعينه على التكيف السليم مع الأزمات والصعوبات النفسية.

١ ـ **الفهم السليم للمشكلة** وهل هي فعلاً مشكلة عويصة أو عقبة يسيرة وأمر عادي ووضع طبيعي، وما مدى حجمها إن كانت مشكلة ومقدارها وجذورها وفروعها.

٢ـ **معرفة الشخص نفسه** وقدراته وإمكاناته وعجزه وتقصيره ومواطن ضعفه.

٣ ـ **معرفة الشخص دوره** تجاه المشكلة التي أمامه.

٤ـ **طلب المشورة والإرشاد** والاستنارة بآراء الآخرين ومعونتهم إن لزم الأمر.

٥ ـ **التنفيس عن المشاعر** السلبية بطريقة مقبولة.

٦ ـ **مواجهة المشكلة بحزم** وهدوء وتعقل والمبادرة في ذلك في الوقت المناسب (لا قبله ولا بعده).

٧ ـ **الابتعاد عن كل ما يفاقم** المشكلة ويزيدها أو يوجد مشكلات أخرى.

خصائص التوافق الحسن

والتوافق السيء في المجتمعات الإسلامية(١)

التوافق الحسن	التوافق السيىء
١ـ الوصول إلى أهداف مشروعة .	ـ الوصول إلى أهداف غير مشروع .
٢ـ تحقيق الأهداف من حلال وبأساليب مقبولة .	ـ تحقيق الأهداف من حرام وبأساليب غير مقبولة اجتماعيًا ودينيًا .
٣ـ النجاح في تحقيق معظم الأهداف المشروعة .	ـ الفشل في تحقيق معظم الأهداف المشروعة
٤ـ ندرة التعرض للإحباط .	ـ التعرض للإحباط كثيراً .
٥ـ القدرة على تحمل الإحباط، ومواجهته بأساليب توافقية مباشرة في معظم الأحيان .	ـ الشعور بالفشل والقنوط والعجز عن مواجهة الإحباط حتى في المواقف اليسيرة .
٦ ـ ندرة الوقوع في الصراع .	ـ الوقوع في الصراع كثيراً .
٧ـ إدراك الصراع والاعتراف به صراحة والقدرة على تحمله وحله بسرعة .	ـ عدم الاعتراف بالصراع صراحة، وعدم القدرة على تحمله والفشل في حله في الوقت المناسب .
٨ـ مواجهة العوائق بأساليب توافقية فعالة وناضجة .	ـ مواجهة العوائق بأساليب غير فعالة وغير ناضجة .
٩ـ الشعور بالتهديد في بعض المواقف التي فيها خطر حقيقي .	ـ الشعور بالتهديد والعجز في مواقف كثيرة قد تبدو مواقف عادية عند معظم الناس .
١٠ـ الشعور بقلق في بعض المواقف التي تثيره .	ـ الشعور بالقلق في مواقف كثيرة قد تبدو عادية ليس فيها ما يثير القلق عند معظم الناس .
١١ـ الشعور بالقلق المناسب لما في الموقف من أخطار .	ـ الشعور بقلق زائد على ما في الموقف من أخطار .
١٢ـ الشعور بالكفاءة وتقدير الذات .	ـ الشعور بعدم الكفاءة والحط من قدر الذات .
١٣ـ ندرة اللجوء إلى الحيل النفسية الدفاعية وعدم الاستغراق فيها .	ـ اللجوء إلى الحيل النفسية كثيراً .
١٤ـ مواجهة المواقف بواقعية .	ـ الاستغراق في الحيل النفسية ومواجهة المواقف بأساليب غير مناسبة .

(١) نقلاً عن كتاب «الصحة النفسية في ضوء علم النفس والإسلام» د. محمود عودة و د. كمال مرسي، (بتصرف يسير).

(٢) الحيل النفسية

١- الإسقاط النفسي.

٣- الإنكار التلقائي.

٥- التقمص (التقليد اللاشعوري).

٧- التنفيس بالعدوان أو السيطرة.

٩- الإفراط في أحلام اليقظة.

١١- التذلل والتصاغر المذموم.

١٣- الإفراط في الإيثار والتضحية للآخرين.

١٥- التعويض النفسي.

١٧- النكوص النفسي.

الحيل النفسيــة

وثــب الثعلــب يومًا وثبـــة   شغفًا منه بعنقـود العنــب
لم ينله، قــال هــذا حصــرم   حامض ليس لنا فيـه أرب

يسعى الواحد منا ويكدح في حياته نحو أهداف وغايات يرجوها (دنيوية وأخروية) وقد يفلح في تحقيق ما يريد أو بعضه وقد لا يفلح، إذْ الحياة مليئة بالعقبات والمعوقات التي تحول بين المرء وبين ما يريد ويشتهي ، مما يولد شيئًا من الكدر النفسي الذي يحفز قوى النفس الداخلية إلى إيجاد سبيل لإزالة ذلك الكدر وإعادة الارتياح النفسي.

تختلف السبل النفسية التي تتخذها النفوس حيال مقاومة الكدر النفسي داخلها؛ فمن تلك السبل ما هو عملي واقعي فاعل ويساعد في مواجهة حقيقة العقبات والمعوقات التي تحول دون الوصول إلى الهدف (مثل: مضاعفة الجهد وكسب المزيد من الخبرة والاستعانة بمن لديه قدرات مناسبة لتخطي العقبة المعوِّقة) ومنها ما هو غير عملي ولا مؤثر في حقيقة الواقع وإنما هو تمويه على النفس وخداع للذات بتشويه شيء من تصوير الواقع (لا بتغيير حقيقته) وهذا ما يسمى بالحيل النفسية والتي تلجأ إليها النفس تلقائيًا (وغالبًا دون وعي تام بها) لتخفف من أثر العجز أو الإحباط أو الشعور بالنقص أو الخلل ، ولتشعر بالاستقرار والارتياح النفسي بإزالة ذلك الكدر المتولد من رؤية الشخص لشيء من عيوب نفسه ماثلاً أمامه يؤلم ذاته، فالنفس هنا تخدع ذاتها سواء خدعت غيرها بذلك أم لا.

والحيل النفسية متنوعة، ومنتشرة الاستعمال في كل المجتمعات تقريبًا ويلجأ إليها كثير من الناس؛ السوي وغير السوي نفسيًا، لكن غير السوي يفرط في كثرة

استعمالها والاعتماد عليها كدرع يحتمي به من وخزات الكدر النفسي دون الإلتفات إلىٰ الواقع والسعي في تخطي عقباته مما يعمي الشخص عن رؤية عيوبه وأخطائه وهفواته فيؤثر عليه سلبًا في حياته (إنجازاته وعلاقاته واستقراره النفسي . . .).

١ـ الإسقاط النفسي:

من أمثال العرب المشهورة قولهم: «**رمتني بدائها وانسلّت**».

هذا المثل يصور عملية الإسقاط النفسي تصويراً بالغًا فالشخص الذي يقوم بهذه الحيلة النفسية يرمي علته التي فيه من عيب أو خطأ أو تقصير أو صفة غير مرغوبة أو رغبات غير مقبولة أو مخاوف أو غير ذلك فيسقطها علىٰ غيره من الناس (أو الأشياء أو المواقف) ويتملّص من تبعات الاعتراف بالخلل الذي فيه من شعور بالنقص أو الخزي أو المهانة أو القلق أو التوتر أو غير ذلك.

وقد يفسر أعمال الآخرين وتصرفاتهم بحسب ما يجري في نفسه هو، من سوء ظن وريبة في غيره فيلصق بهم سوء ظنه ويتهم نياتهم ويلتمس عثراتهم ويفتش عن عوراتهم، وأحيانًا يبالغ الشخص في تضخيم صورة العيوب التي يسقطها علىٰ غيره فيصورها صورة مكبرة دقيقة التفاصيل مملوءة بالتنفير والاستهجان وتحريض الآخرين علىٰ كرهها واستنكارها فهو يسعىٰ بهذا الإسقاط النفسي إلىٰ تبرئة نفسه من العيب الذي يقلل من شأنها وينقص من قدرها (بينها وبين ذاتها وأمام الناس) كما يُوجد الإسقاط عذراً للشخص كي يفرّغ غيظه علىٰ غيره ولا سيما الأشخاص الذين يواجهونه بعيوبه حيث يبادر بقوة طرد إسقاطية شديدة تلقي بتلك المواجهات علىٰ مصدرها الذي جاءت منه.

وعملية الإسقاط النفسي هذه تشبه إلىٰ حد كبير عمل الفانوس التعليمي الذي توضع عليه الشفافيات البلاستيكية وما فيها من معلومات فيقوم بتسليط

الضوء عليها وتكبيرها وإسقاطها على الحائط المقابل وكأن الصورة تنتمي إلى الحائط بينما هي في هذا الجهاز الذي يُخرج ما بداخله ويسقطه على غيره.

فكم في الناس اليوم من فانوس وفانوس ما بين مقل ومستكثر من الإسقاط النفسي.

*** أمثلة من القرآن:**

١ ـ ما فعلته امرأة العزيز مع نبي الله يوسف عليه السلام حين روادته عن نفسها بشدة ولحقته وقدت قميصه من الخلف ثم لما رأت زوجها عند الباب قذفت يوسف عليه السلام بدائها وانسلت من قبيح صنيعها بإلصاقه بيوسف عليه السلام مع استنكار وتحريض على معاقبة يوسف عليه السلام.

٢ ـ ما قصه الله تعالى عن الكفار يوم القيامة بقوله: ﴿وَلَوْ تَرَىٰ إِذِ الظَّالِمُونَ مَوْقُوفُونَ عِندَ رَبِّهِمْ يَرْجِعُ بَعْضُهُمْ إِلَىٰ بَعْضٍ الْقَوْلَ يَقُولُ الَّذِينَ اسْتُضْعِفُوا لِلَّذِينَ اسْتَكْبَرُوا لَوْلَا أَنتُمْ لَكُنَّا مُؤْمِنِينَ ﴿٣١﴾ قَالَ الَّذِينَ اسْتَكْبَرُوا لِلَّذِينَ اسْتُضْعِفُوا أَنَحْنُ صَدَدْنَاكُمْ عَنِ الْهُدَىٰ بَعْدَ إِذْ جَاءَكُم بَلْ كُنتُم مُّجْرِمِينَ﴾ [سبأ: ٣١ ـ ٣٢].

فالمستضعفون أرادوا التملص من خطأ كفرهم وتكذيبهم بالرسل فأسقطوا ذلك على الذين استكبروا من سادتهم وقادتهم وكأن السادة هم السبب الأول والأخير في دخول المستضعفين النار.

*** أمثلة متكررة في المجتمع:**

١ ـ طالب مهمل في دراسته كثير الإخفاق يسقط إخفاقه على المعلمين ونظام التعليم أو الحظ أو العين (الحسد) أو غير ذلك.

٢ ـ رجل ذو سلوك منحرف وله علاقات غرامية يسقط علته على زوجته ويسيء بها الظن ويظل يراقبها ويشك أنها تخونه.

٣ ـ شخص سيء الخلق شكس الطباع كثير الأذى للناس بقوله وفعله يسقط

سوء أخلاقه على الناس ويتهمهم بأنهم يكرهونه ويؤذونه بأقوالهم وأفعالهم.

٤ ـ شخص مخادع مراوغ كثير الحيل ضعيف الضمير يسقط علته على غيره ويتهم الآخرين بالمراوغة والكذب ويظل حذراً متيقظًا بشدة في تعامله مع الناس.

إذا ساء فعل المرء ساءت ظنونـه وصدّق ما كان يعتاده من توهم

٥ ـ سائق سيارة يخطيء فيتسبب في حادث سير ثم يسقط خطأه على الطرف المقابل (أنت المخطيء، أنت السبب).

المكثرون من الإسقاط:

* المتصفون بالاعتداد بالرأي والأنفة الزائدة.
* الميالون للجدل والمراء والعناد والتحدي والخصومة.
* المتصفون بالشك والريبة والحذر الزائد من الناس.
* ضعاف الثقة بالنفس (الثقة الحقيقة الداخلية لا الثقة الخارجية المصطنعة) وإن أوهموا من حولهم أنهم واثقون بأنفسهم.

ويكثر الإسقاط في هؤلاء كلما ضعفت المعنويات وزاد الإحباط.

أما الإسقاط اليسير وغير المتكرر فقلّما يسلم منه أحد وليس له دلالة على علة شخصية معينة وأكثر ما يكون في حالات خيبة الأمل وفي الإسقاط على الزمن والظروف المحيطة بالشخص.

نعيب زماننا والعيـب فينا وما لزماننا عيب سوانـا

* * *

٢ـ الاستدماج النفسي.

هذا عكس الإسقاط النفسي تمامًا فالمرء هنا يستدمج (ينسب إلىٰ نفسه) الصفات الحسنة عند غيره والمميزات والإنجازات التي يراها خارج ذاته فتتمناها نفسه ولا تحتمل أن تُرىٰ مسبوقة إلىٰ تلك الحسنات أو قاصرة عن تلك الإنجازات فتخيل إلىٰ صاحبها أنه متصف بها كغيره أو أفضل منهم وقد تبالغ نفسه فتوهمه أنه صاحب السبق في ذلك وأنه هو المتفضل علىٰ غيره بتلك الإيجابيات والحسنات مما يُشعر النفس بالاطمئنان، لذا فقد يبادر بمخاطبة صاحب تلك الحسنات والمميزات والإيجابيات مشعراً إياه بأنه يملك مثل ذلك أو خيراً من ذلك وأنه صاحب السبق والتقدم في هذا الميدان وقد يتوجه بخطابه هذا إلىٰ الجمهور من حوله فيوهمهم بما أوهمته به نفسه من نسبة حسنات غيره إلىٰ ذاته وقد يتطلب هذا شيئًا من التمويه والتعمية إما بلسان عذب وكلام رقراق مع جرأة ولباقة أو بانتحال ما أنتجه غيره في مقال أو كتاب أو قصيدة أو قصة أو محاضرة أو في تجارة أو دراسة أو غير ذلك، فيعيد صياغة الأفكار مع شيء من الإضافة والحذف والتحوير ثم يزعم أن هذا من بنات أفكاره وصميم إنتاجه وكد جبينه وجهده الذاتي.

وكل من يدعي ما ليس فيه كذّبته شواهد الامتحان

*** المكثرون من الاستدماج النفسي:**

كل من يجتمع فيه ضعف الثقة الداخلية مع الرغبة في لفت الأنظار وطلب الإعجاب والأنانية والكبر.

ومما يعين الشخص علىٰ استدماج حسنات غيره ويدفعه إلىٰ ذلك:

- شعوره بالفوقية علىٰ الناس وبأفضليته وسبقه وخيريته.
- استصغاره لمن سبقه بمميزات أو إنجازات أو صفات حسنة وانتقاصه لهم.
- استخفافه بعقول الجمهور ومشاعرهم وانتقاداتهم.

ـ قدرته على المراوغة والاحتيال والتمويه الخفي.

ـ ضعف الضمير وقلة الاكتراث برأي المخالفين.

ـ الرغبة في قطف أفضل الثمار وأكثرها بأسرع وقت وأيسر طريقة، وصعود سلم الوجاهة الاجتماعية إلى أعلى درجاته بأعجل زمن.

أمثلة في المجتمع:

١ـ طالب ينافس زميلاً أعلى منه في القدرات العقلية والتحصيل العلمي وهو عاجز عن التفوق عليه ولكن نفسه لا ترضى قبول الواقع (تفوق زميله عليه) فما يكون منه إلا أن توهمه نفسه بامتلاك تلك القدرات والميزات ويبدأ يتحدث مع زميله وكأنه مثله أو أفضل منه (يشرح له بعض النقاط في بعض الدروس ـ دون أن يطلب الأول منه ذلك ـ، ويعرض عليه المساعدة في أي معضلة تعترضه . . . وهكذا).

٢ ـ مدير شركة يجد تفوقًا في بعض الشركات المنافسة من خلال منتجات جيدة وأفكار تسويقية جديدة ونحو ذلك فما يكون منه إلاّ أن ينتحل طريقة تلك الشركة مع شيء من التمويه ثم يخاطب الجمهور بدعاية فجّة أن شركته صاحبة السبق والأولية في هذا المجال.

٣ ـ عضو هيئة تدريس في كلية ما يجد في بعض زملائه مثابرة وإنجازًا في بعض مجالات التخصص فيذهب يتلمس تلك الإنجازات ويجمعها ويتتبع بعض مصادرها ثم يأخذ منها ما يشاء ويتصرف فيه بما يخفي أبرز المعالم الدالة على جهد صاحبه ثم يُخرج تلك الإنجازات بشكل أو بآخر (أبحاث للترقية أو كتابات موجهة للمجتمع أو نحو ذلك) مع التركيز على أسبقيته في هذا الميدان وأنه لا يعلم أحدًا اهتم بهذا المجال كاهتمامه هو وأنه لم يطّلع على جهد مشابه لزملائه، ومثل ذلك يقال في التسابق على أفكار رسالة الماجستير والدكتوراه والأبحاث

العلمية المطلوبة للترقية، وينبغي هنا عدم المبالغة في تعميم الاستدماج لأن توارد الخواطر وارد ولا سيما فيمن يعملون في تخصص واحد أو تخصصات متشابهة.

ومما يفرق الاستدماج عن غيره أن المستدمج في حقيقة أمره **تابع لغيره مسبوق**، يريد أن يظهر في صورة **سابق متبوع**، ولا يخلو أن يكون قوله أكبر من فعله وزعمه أصغر من واقعه.

٤ـ امرأة لا تجد الحظوة عند زوجها وترى احترام أزواج أخواتها لزوجاتهم فتستدمج تلك الميزات وتتوهم أن قدرها عند زوجها رفيع وأنه يكرمها ويحبها ولا يرفض لها طلبًا .. إلخ، فتذهب تخاطب الناس على هذا الأساس. وقريب من هذا ما رواه البخاري: **«أن امرأة قالت: يا رسول الله إن لي ضرة، فهل علي جناح إن تشبَّعت من زوجي غير الذي يعطيني؟ فقال رسول الله ﷺ: «المتشبع بما لم يعط كلابس ثوبي زور»**. المتشبع: المتزين بما ليس عنده يتكثر بذلك ويتزين بالباطل[1].

٥ـ فتاة تنافس أخرى في الجمال فترى عندها ما لا تراه في نفسها من الجمال والبهاء والظرافة والملاحة فما يكون منها إلا أن تستدمج في نفسها بعض صفات صاحبتها وطريقتها في لبسها ومظهرها ولا تعترف لتلك ولا لغيرها بذلك بل تزعم أنها هي الأجمل والأفضل، بل ربما وصفت تلك المرأة بالإهمال وانعدام الذوق، أو حاولت أن تملي عليها آراءها في هذا المجال (لو لبست كذا أو وضعت المكياج بهذا الشكل لصرت أفضل ...).

---

(١) فتح الباري (٩/ ٣١٧).

٣ـ الإنكار التلقائي

من الأمثلة العامية المنتشرة في وسط الجزيرة العربية قولهم: **«عنز ولو طارت»** وهو مثل يضرب لمن ينكر الحقيقة الواضحة وضوح النهار، وقصته أن اثنين اختلفا في كائن حي قابع على رأس جبل فقال الأول: «ذاك نسر كبير» وقال الثاني: «عنز صغيرة» فما لبث أن طار أمامهما فإذا هو نسر كبير فقال الأول للثاني: «قلت لك: نسر» قال الثاني: «عنز ولو طارت».

بعض النفوس في بعض المواقف لا تقبل الحقيقة الواقعة الماثلة أمام العين لكون تلك الحقيقة منطوية على ما يؤلم النفس ويكدِّرها بوجه من الوجوه فتتجنب النفس الاعتراف بالواقع لأنها كانت تريد غير ما وقع ولم تكن مستعدة لقبول ما لم تتوقع حصوله، فيحرمها ضعف الاستعداد وضيق الأفق من قبول الحق ولو كان واضحًا وضوح الشمس في صدر النهار ليس دونها سحاب فتسعى النفس بذلك الإنكار إلى الحفاظ على المعنويات النفسية من التأثير والشعور بالنقص والخطأ والعيب أو أي ألم نفسي يصاحب الاعتراف بالواقع.

فكلما كانت الحقيقة مؤلمة للنفس والنفس غير مستعدة لقبولها مسبقًا صارت الفرصة مهيأة لحدوث الإنكار التلقائي ولا سيما إذا كان الشخص عنيداً مكابراً يأنف من أن يوجد فيه عيب أو علة (ولو شيء يسير)، لذا فالمكثرون من الإنكار التلقائي هم المكثرون من الإسقاط النفسي السالف ذكره وكثيراً ما يلتقي الإنكار والإسقاط في بعض المواقف ولدى بعض الأشخاص.

ومما يروى في ذلك أن مؤذنًا في زمن مضى كان حريصًا جداً على أذان المغرب عقب غياب الشمس مباشرة ـ في وقتها ـ ولا سيما في رمضان وكان فيه عناد شديد ومكابرة وحصل أن أخطأ ذات مرة فاستعجل في الأذان فلما انصرف منه إذا بقرص الشمس باق نصفه، فلامه بعض من حوله على استعجاله فغضب وقال من لحظته: «أذاني في وقته الصحيح والشمس هي التي تأخرت اليوم»، فهذا

جمع بين إنكار الحقيقة (وهي الخطأ الواضح في الاستعجال) وبين اتهام الشمس بالخطأ واسقاط العلة عليها في أنها تأخرت عن موعدها المعتاد.

وهكذا الإنكار يسبق الإسقاط غالبًا ولكن ليس كل إنكار يتبعه إسقاط.

وقد تنكر العين ضوء الشمس من رمد ... وينكر الفم طعم الماء من سقم

الإنكار عند الصدمة الأولى أمر طبيعي:

من الأمور الطبيعية في النفس البشرية ضعف قدرتها على تقبل المصيبة الكبيرة عند أول وهلة وذلك لعظم هول المصيبة على النفس وأكثر ما يكون ذلك في مصيبة موت شخص محبوب للنفس، فقد تراه العين ميتًا لكن النفس تريده حيًا فتنكر ما رأت العين وهو الحق، إلى أن يمضي بعض الوقت وتستشعر النفس الفرق بين مرادها وبين قدر الله فتذعن، ولعل هذا ما حدث لعمر بن الخطاب (رضي الله عنه) حينما أُخبر بوفاة الرسول ﷺ، كما ذكره أهل السير أنه وقف يكلم الناس في أن الرسول ﷺ لم يمت وأنه ذهب إلى ربه كما ذهب موسى بن عمران فغاب عن قومه أربعين ليلة وسيرجع كما رجع موسى بعد أن قيل مات، ثم ما لبث عمر (رضي الله عنه) أن استجاب للواقع بعد أن نبهه أبو بكر الصديق في القصة المشهورة. فهذا الإنكار التلقائي عند الصدمة النفسية الكبيرة بعد موت عزيز على النفس يعد أمرًا طبيعيًا ومرده إلى عظم هول المصيبة لا إلى علة في النفس من عناد أو مكابرة.

أما الإنكار الذي نحن بصدده كحيلة نفسية تستعملها بعض النفوس في حالات الضعف فهو نابع من كره النفس لما قد ينسب إليها من خلل وعيب عند الاعتراف بالواقع فتبادر إلى النفي والإنكار وتصر على ذلك حفاظًا على الاستقرار النفسي لأن الجانب اللاشعوري من تلك النفس لا يقبل أن يرى في نفسه السلبيات تزاحم الإيجابيات وأن يقر الاعتراف بالخطأ، فتعده هذه النفس من السلبيات التي لا يمكن تحملها.

٤ ـ التسويغ (التبرير).

قال تعالىٰ: ﴿بَلِ الإِنسَانُ عَلَىٰ نَفْسِهِ بَصِيرَةٌ (١٤) وَلَوْ أَلْقَىٰ مَعَاذِيرَهُ﴾ [القيامة: ١٤ ـ ١٥].

ما أكثر ما يعتذر الإنسان بأعذار تبدو منطقية وسليمة ومقبولة لدىٰ الآخرين ويأتي بمسوغات يبرر بها فشله أو خطأه أو تقصيره وهذه المسوغات ليست هي الأسباب الحقيقية لذلك الفشل والإخفاق وإنما هي أسباب مجتلبة متكلَّفة جيء بها كغطاء مقبول لئلا تنكشف الأسباب الحقيقية الفاضحة فالنفس هنا تخادع ذاتها والواقع من حولها هربًا مما يشعرها بالدونية والصغار واحتقار الذات ويعرّي عيوبها ويهتك أستارها.

فالتسويغ تسهيل قبول الشيء غير المقبول ابتعادًا عن الانزعاج النفسي الداخلي.

أمثلة متكررة:

١ ـ شخص بخيل شحيح النفس يقتّر علىٰ زوجته وأولاده حتىٰ في الحاجات المهمة لهم وعندما يلومه أحد علىٰ ذلك يورد بعض الأعذار المنطقية كقوله: «إني أريد تعويدهم علىٰ الشدائد وتربيتهم علىٰ عدم الإسراف»، بينما دافعه البخل والشح وهذا متأصل في طبعه.

٢ ـ شخص أناني محتال عذب اللسان تعرض له فرصة استثمارية كبيرة وينقصه رأس المال وليس من عادته أن ينفع غيره ولكنه لما صار بحاجة إلىٰ المال جاء إلىٰ زميل له ثري وعرض عليه المشاركة بحجة منطقية وهي أنه يريد نفع زميله وخدمته لما بينهما من المحبة والصداقة (ويدعي أنه يستطيع الاستغناء عن المعونة والقيام بالمشروع وحده).

٣ ـ طالب يخفق في دراسته بسبب إهماله وضعف قدراته ولكنه لا يعترف

بذلك لأن هذا يؤلم النفس فيأتي بالأعذار التسويغية لتبرير إخفاقه مثل: «كنت مشغولاً بعدة ارتباطات اجتماعية وبمسؤوليات أسرية أعاقتني عن تحقيق النجاح الذي أريد . . . ».

٤ ـ إعلانات بعض المؤسسات التجارية «هدفنا إسعادكم وخدمتكم» أو نحو ذلك من العبارات كتسويغ للإقبال على خدماتهم رغم ارتفاع أسعارها أو وجود بدائل أفضل منها ولو كان الهدف الحقيقي إسعاد الآخرين وخدمتهم لقدّموا لهم تلك الخدمات بأسعار أقل ومستوى أرفع.

■ ـ شخص يُكثر الغيبة والوقوع في أعراض المسلمين ويتفكّه بذلك لحاجة في نفسه فإذا أُنتقد في ذلك جاء بالعذر المعروف «هذا من باب النصيحة والتحذير . . . » وما هذا إلا تبرير وعذر للتمويه على الآخرين.

٦ـ زوج يختلي بجهاز الحاسب الآلي في مكتبته في البيت ويدخل عبر الشبكة العنكبوتية (إنترنت) إلى مواقع جنسية يقضي عندها معظم أوقاته، وحينما اكتشفته زوجته وواجهته بالحقيقة وقابلته باللوم جاء لها بعذر سمج وهو أنه يريد أن يتثقف في هذا الجانب ليسعد زوجته.

٧ ـ شخص يدعوه زملاؤه للاشتراك معهم بنزهة في نهاية الأسبوع فيعتذر لهم «بأنه مشغول ولذلك لا يستطيع الذهاب وأنه يرغب في الذهاب معهم لكن يمنعه شغله»، بينما حقيقة أمره أنه لا يريد الذهاب معهم، فبدلاً من قوله «**لا أريد وإن كنت أستطيع**» يقلب الأمر إلى «**أريد ولكن لا أستطيع**».

وهكذا الأعذار لا حصر لها ولا يعجز ابن آدم عن عذر يخادع به نفسه وغيرها .

ويختلف التسويغ هنا عن الكذب المحض والخداع المقصود في أن التسويغ حيلة نفسية تلقائية لا يعيها الشخص ـ في الغالب ـ أو أنه يعيها لكن يخادع بها نفسه كما يخدع غيره أما الكذب فليس فيه خداع للنفس فالكاذب يعلم تمام العلم

أنه يكذب ويعلم لماذا يكذب .

كلما كانت التسويغات ذات طابع ديني أو اجتماعي صارت أقرب إلى القبول والرواج عند الناس وهذا ما يجعل كثيراً من المحتالين المخادعين يرتكزون على قاعدة التسويغات المقبولة اجتماعياً ودينيًا ، وكلما كان الشخص أكثر ذكاء ولباقة وجرأة استطاع الاتيان بتسويغات قوية وتبريرات منطقية يمررها على الآخرين دون أن يدركوها .

قد يصعب الحكم على عذرٍ ما هل هو تسويغ أم هو الدافع والحقيقة ولا سيما أنه ليس لنا إلا ظاهر الحال ولا نعلم ما في القلوب وقد أُمرنا باجتناب إساءة الظن في الناس ، ولكن القرائن في حال الشخص وواقع الظروف من حوله تفيد في الوصول إلى استنتاج ظني (غير قاطع) في كثير من الأحوال .

*** المكثرون من التسويغ يتفاوتون فمنهم:**

* الفاشلون والعاجزون (في الدراسة أو العمل أو التجارة . . إلخ) وأكثر تسويغاتهم إسقاطية فيها لوم للآخرين وتبرئة للنفس .

* الأذكياء المراوغون وأكثر تسويغاتهم للتمويه بأنهم ذوو نيات حسنة وأهداف سامية .

*** التسويغ الإسقاطي:**

حيلة نفسية تجمع بين التسويغ والإسقاط حيث يقوم الشخص بتسويغ تصرفه أو فشله أو خطئه أو تقصيره بإيراد سبب ذي طابع إسقاطي يتهم فيه جهة أخرى ويبرئ نفسه .

مثال : تاجر يكره تاجراً ينافسه لأنه تفوق عليه في مجالهما (هذا هو السبب الحقيقي لكرهه إياه) فيسوغ ذلك بأنه لا يحب ذلك التاجر لأجل أنه غير أمين .

*** حصرمة العنب:**

وثب الثعلب يومًا وثبة   شغفًا منه بعنقود العنب

لم ينله، قال هذا حصرم حامض ليس لنا فيه إرب

هذا تسويغ اعتذاري إسقاطي فالثعلب كان حريصًا على الحصول على العنب ولكن لما فشل في الحصول عليه سوّغ ذلك بعلة في العنب لافيه هو.

وقد ينظر إلى هذه الحيلة (حصرمة العنب) على أنها نوع من التكوين العكسي (انظر ص ١٠٤).

* **استحلاء المرّ:**

هذه عكس حيلة «حصرمة العنب» تمامًا، فهي حيلة نفسية تُسوّغ فيها النفس لِذاتها قبول الواقع المرّ الذي لا تستطيع الخلاص منه بأنه حلو مستساغ وأنها تريده وترغب استمراره على ما هو عليه وأنها لو أرادت الفكاك منه لفعلت.

مثال: رجل يعمل في وظيفة مضجرة وليس لديه مؤهلات للحصول على أفضل منها فهي وظيفة مرّة لكنه لا يستطيع أحلى منها فيقبلها على أنها حلوة مرغوبة وأنه مستمتع بها فيخادع نفسه وغيره بذلك. ومثل ذلك أيضًا الطالب الجامعي الذي يُحرم من القبول في كلية يتمناها ويقبل في أخرى لا يريدها ولا مفرّ له منها فيخادع نفسه بأنه يرغبها ويتمناها منذ فترة طويلة.

* **من تسويغات المنافقين.**

﴿وَمِنْهُم مَّن يَقُولُ ائْذَن لِّي وَلَا تَفْتِنِّي﴾ [التوبة: ٤٩].

قاله الجدّ بن قيس للنبي ﷺ حينما عرض عليه الرسول الجهاد فطلب منه أن يأذن له في القعود عن الجهاد وسوغ ذلك بأنه يخاف على نفسه الفتنة بنساء الروم، وواضح أن هذا التسويغ ليس هو السبب الحقيقي لطلب القعود ولذا كشف الله تعالى حقيقة الأمر بقوله: ﴿**ألا في الفتنة سقطوا**﴾ أي: إن كان السبب في طلبه القعود أنه يخشى من الفتنة فإن ما سقط فيه من الفتنة بتخلفه عن رسوله ﷺ أعظم(١).

---

(١) انظر: المصباح المنير في تهذيب تفسير ابن كثير، ٤٥٦.

٥ـ التقمص (التقليد اللاشعوري).

مما يروىٰ عن الشيخ علي الطنطاوي (رحمه الله) أنه حضر ذات مرة حفلاً في إحدىٰ المدارس فاستأذنه أحد الطلاب أن يقلد كلامه وحركاته علىٰ خشبة المسرح أمام الجمهور فأذن له الطنطاوي وأخذ الطالب يقلده بدقة وحذق حتىٰ أضحك الحاضرين ومنهم الطنطاوي نفسه لكن الطنطاوي اعترض علىٰ الطالب بأن هذا التقليد ليس تقليداً للطنطاوي وإنما هو تقليد لشيخ الطنطاوي وسماه (وأظنه الشيخ بهجت البيطار) فقال الطالب : أنا لا أعرف شيخك ولم أره في حياتي وإنما أقلدك أنت .

ترىٰ هل كان الطنطاوي يدرك أنه تقمص شخصية شيخه أم لا؟

هذا مثال واضح علىٰ التقمص النفسي حيث يقلد الشخص شخصًا آخر يعجب به ويرىٰ فيه ميزات كثيرة يتمناها ويشعر أنه قاصر دونها ولا سبيل إلىٰ الوصول إليها أفضل من تقمص شخصية صاحبها كلها بما فيها من صفات متفاوتة إيجابية وسلبية ومحايدة وهذا يختلف عن الاستدماج والذي يقتصر علىٰ انتزاع الصفات الإيجابية وعزلها عن شخصية الطرف المقابل وإدعاء الاتصاف بها وربما التفضل عليه بها .

من أمثلة التقمص:

١ ـ طالبة معجبة بمعلمتها إعجابًا شديداً لما فيها من صفات تتمناها الطالبة لنفسها وتعجز عن تحصيلها إلاّ من خلال تقمص شخصية معلمتها وتقليدها في أمرها كله : مظهرها وكلامها وتصرفاتها (تقمص كلي) .

٢ ـ إمام مسجد حديث عهد بالإمامة معجب بتلاوة أحد القراء المشهورين إعجابًا شديداً يقوده إلىٰ تقليده (بتقمص جزئي في التلاوة) فيقلده في نبراته ووقفاته وسكناته ونغماته تقليداً انسيابيًا دون تكلف وعناء وكأنه هو ، لشدة الإعجاب وقوة التقمص .

٣ ـ طفل يشاهد والده يقود السيارة ويلبس الغترة والعقال فيتقمص شخصية

أبيه ويحاكيه في تصرفاته وكأنه رجل راشد.

٤ ـ طفلة تشاهد والدتها ترضع أختها الصغيرة وتغير ملابسها وتحضنها فتتقمص الطفلة شخصية الأم وتفعل بلعبتها (الدمية) كما تفعل الأم بالبنت الصغيرة.

٥ ـ مراهق معجب بأحد المغنيين يتقمص سلوكياته كلها حتى في الملبس والمقتنيات وقصة الشعر وغير ذلك.

٦ ـ طالب ابتعث إلى بلد أجنبي للدراسة ومكث فيه مدة من الزمن ثم ما لبث أن تقمص شخصيات بعض من أعجب بهم من أساتذته هناك وصار يقلدهم حتى في مأكلهم ومشربهم وقد يأكل بشماله ويشرب الخمر.

يكثر التقمص لدى الأطفال والمراهقين والمراهقات ومن لديهم شيء من ضعف الثقة والتبعية للآخرين وضعف الاستقلال الشخصي والرغبة في لفت الأنظار.

التقمص والاقتداء:

التقمص تلقائي قد لا تدركه النفس، وتنساق إليه بشيء من الارتياح والقبول غير المتكلف دون أن تتمعن ما فيه من صواب وخطأ.

أما الاقتداء فهو عملية إرادية شعورية اختيارية تعيها النفس وتعرف ما تأخذ وما تذر من الصفات، والاقتداء محمود إذا كانت القدوة حسنة، كما قال الله تعالى: ﴿أُولَٰئِكَ الَّذِينَ هَدَى اللَّهُ فَبِهُدَاهُمُ اقْتَدِهْ﴾ [الأنعام: ٩٠]. وقوله ﴿قَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ﴾ [الأحزاب: ٢١].

ولابن خلدون مقولة مشهورة في الاقتداء وهي: «**والمغلوب مولع بالاقتداء بالغالب**» ويبدو أن جزءاً ـ على الأقل ـ من هذا الاقتداء الذي ذكره ابن خلدون من باب التقمص النفسي وهذا مشاهد بكثرة في الأشخاص والمجتمعات العربية

الإسلامية التي انبهرت بغلبة المجتمعات الغربية فصارت تتقمص شخصياتها أفراداً وجماعات وأنظمة وقرارات، صالحها وطالحها دون التفات إلى التمييز بين الصالح والطالح. وقد حرص كثير من الغيورين على الأمة الإسلامية على التمييز بين ما يصلح وما لا يصلح الاقتداء به في حياة المجتمعات غير المسلمة.

التقمص والاستدماج:

في التقمص تلبس النفس ثياب غيرها لإعجابها بشيء من مواصفات تلك النفس سواء ناسبت تلك الثياب حجم المتقمص ومقاساته أم لا فالنفس تذيب ذاتها في قالب غيرها إعجاباً به وانتقاصاً لحالها أما في الاستدماج فإن النفس تريد أن تنتزع ما عند غيرها من محاسن وتعيد سبكه ليناسب وضعها فتدعيه لها.

التقمص الإسقاطي:

حيلة تجمع بين التقمص والإسقاط وذلك حينما تتكدر النفس وتتضايق من العلة التي فيها والمحاسن التي عند غيرها مع إعجاب بشخصية الطرف المقابل فتلقي عليه علتها وتتقمص شخصيته لكسب محاسنه فتقلب الوضع لترتاح فهي تخلع ثوب الذلة من على جسدها وثوب العزة من على جسد خصمها وتستبدل هذا بذاك وتحقق هدفاً مزدوجاً: التملص من علتها (بالإسقاط) والتحلي بمحاسن شخصية غيرها (بالتقمص) أشبه ما يكون ذلك بشخصين أبيض وأسود التقطت لهما صورة فرآها الأسود فانزعج من سواده ومن بياض صاحبه فعاد إلى أصل الصورة قبل التحميض[1] الذي يقلب الأبيض أسود والأسود أبيض فلما رآه استحسن ذلك وقال لصاحبه ها أنت أسود وأنا أبيض (أنت أنا وأنا أنت من حيث السواد والبياض).

ومن أمثلة ذلك معلمة تكذب على زميلتها كثيراً (وهي تعلم أن الكذب صفة مذمومة) وزميلتها صدوقة ذات خلق وهذه صفات محمودة فتنزعج نفس هذه المعلمة من هذا الوضع (أنا سيئة وزميلتي حسنة الخلق) فتقلبه بالتقمص الإسقاطي

(١) وهو ما يسمونه بالنَّقف Negative.

فتتوهم أنها صدوقة ذات خلق وزميلتها تكذب وتتحرىٰ الكذب فترمي زميلتها بدائها وتزعم لنفسها محاسن زميلتها لتنفض عن نفسها غبار ذل الكذب ولتستنشق عبير الغلبة بادعاء الصدق والخُلق.

والمكثرون من التقمص الإسقاطي هم أنفسهم المكثرون من الإسقاط والتقمص.

* **مقارنـــات:**

الشخـــص	لسان حاله يقول
* المتـــقـــمص:	- أنا (الناقص) أصير أنت (الكامل) وأنت كما أنت (كامل) فأنفع نفسي ولا أضرك.
* المســـتـــدمج:	- محاسنك أيها الكامل لي لا لك فأنفع نفسي وأضرك بادعاء محاسنك لي.
* المـــقـــلِّـــد:	- أنا انتفع بمحاسنك وهي لك فأنفع نفسي وأدرك أني أقلدك.
* المســـقـــط:	- أخطائي وعيوبي أجعلها عيوبك وأخطاءك فأبرئ نفسي وأتهمك.
* المتقمص المسقط:	- أنا (الناقص) أصير أنت (الكامل) وأنت (الكامل) تصير أنا (الناقص)، فأنفع نفسي وأضرك.

٦ـ الإزاحة النفسية.

من أمثلة العامة في مصر قولهم: **«ما قِدرش على الحمار اتشيطر على البردعة»**.

في كثير من المواقف يصعب على النفس إخراج انفعالاتها على الأشخاص أو الأشياء التي أثارتها ويعود ذلك إلى أسباب متعددة منها:

* ضعف الجرأة لدى الشخص.
* كون الطرف المقابل ذا هيبة واحترام أو ذا سطوة وغلبة.
* عدم مناسبة الظروف الزمانية أو المكانية.
* كون المفاسد المترتبة على إبداء الانفعال أكثر من المصالح.

فتميل النفس إلى حبس انفعالاتها تلك أيًا كانت (غضب، غيظ، خوف، انتقام) إلى أن تحين فرصة تنطلق فيها تلك الانفعالات المحبوسة لتخرج على غير الجهة التي كان يفترض أن تخرج نحوها (تزيحها النفس على جهة أخرى لا ذنب لها في ذلك أو أن ذنبها لا يدعو إلى ذلك الانفعال) فتخفف النفس بتلك الإزاحة من انزعاجها وتخرج ما تراكم في داخلها من مشاعر وانفعالات لم تستطع كظمها وتناسيها لتحافظ على اعتبار ذاتها واستعادة توازنها وتتخلص من شعورها بالضعف والعجز.

أمثلـــة:

١ ـ موظف يغضب من رئيسه لشدة قسوته وحدّته ولا يستطيع مواجهته فيكبت غضبه ويحجبه عن رئيسه ثم ما يلبث أن يفرغ غضبه على أحد المراجعين الذين أمامه فينفعل عليه ويغضب منه دون سبب واضح (أو لسبب تافه لا يدعو لذلك).

٢ـ زوج يغضب من زملائه في العمل وينزعج من تصرفاتهم ولا يستطيع

الذب عن نفسه فيعود إلى البيت غضبان قلقًا متوترًا وما إن يدخل بيته ويختلف مع زوجته على أمر يسير إلا ويبدأ يفرغ حمولة مشاعره على رأسه زوجته[1].

أسد علي وفي الحـــروب نعامـــة خرقاء تهرب من صفير الصافر

٣ـ زوجة تجد من زوجها شدة في التعامل وقسوة وغلظة وهي تخافه ولا تقدر على مواجهته وكل مرة تختلف معه يغلبها ويؤذيها بقوله وفعله فتزيح مشاعر السخط على رؤوس أولادها بالضرب والشتم دون أن يكون لهم في ذلك ذنب يستحقون عليه تلك العقوبة.

٤ـ طفل يغضبه أخوه الكبير ويأخذ لعبته وهو لا يستطيع الانتصار لنفسه فيزيح غضبه على أثاث البيت يكسره ويخربه . . . . أو على أخيه الصغير.

٥ ـ طالب يعاقبه المعلم بسبب سوء خلقه فيذهب يصب سخطه على أثاث المدرسة أو على دفاتره أو كتبه.

المكثرون من الإزاحة هم في الغالب المتصفون بضعف النضج الانفعالي (وهذا طبيعي لدى الأطفال) ونقص القدرة على الصراحة والمواجهة والحزم وهم غير قادرين على كظم الغيظ تمامًا والعفو عن الناس ويريدون إثبات أنفسهم عند غيرهم لكن ليست لديهم الجرأة الكافية لذلك، فيستعملون الإزاحة للتخفيف عن معاناتهم الداخلية ولا يراعون وضع المزاح عليه ممن يفرغون عليه غضبهم وامتعاضهم.

قال تعالى: ﴿وَلَا تَزِرُ وَازِرَةٌ وِزْرَ أُخْرَىٰ﴾ [الأنعام: ١٦٤]. وقال تعالى ـ في الحديث القدسي ـ: **«يا عبادي إني حرمت الظلم على نفسي وجعلته بينكم محرمًا فلا تظالموا»** رواه مسلم.

وقال ﷺ: **«ولينصر الرجل أخاه ظالمًا أو مظلومًا، إن كان ظالمًا فلينهه فإنه له نصر وإن كان مظلومًا فلينصره»** رواه مسلم.

(١) كما يقول العامة: «حط الحارة فيها».

فالإزاحة وإن كانت حيلة نفسية قد تمارسها النفس دون شعور فإن الظلم الناتج عنها مضر لها ولغيرها ولذا لا ينبغي ترك الإزاحة تأخذ مجراها على رؤوس المظلومين.

وإلى وقت قريب كان الثأر بالقتل بين القبائل يزاح أحيانًا على شخص لا دخل له بالمشكلة ولكن تطاله يد الاعتداء لسهولة الوصول إليه والانتقام به من الغير. وقريب من هذا ما يفعله أعداء المسلمين بالنساء والأطفال والشيوخ حينما يصبّون عليهم جام غضبهم انتقامًا من غيرهم من الرجال.

وتكثر الإزاحة في النظام العسكري الحديث الذي لا يتيح للمرؤوس فرصة إبداء ما عنده لمن هو فوقه ولو كان ظالمًا له أو قاسيًا عليه مما يجعل المرؤوس أحيانًا ينتقم مِن قهر النظام بإخراج ما في نفسه من غيظ، على الذين هم دونه في السلك العسكري (أو بعض المدنيين)، وهكذا تتوالى الإزاحات من جيل إلى جيل.

٧ـ التنفيس بالعدوان أو السيطرة

بعض النفوس إذا شعرت بخطر يقلقها ويهدد استقرارها أقدمت عليه بالهجوم والمواجهة باعتداء وعنف أو بالسيطرة والتحكم في الأشخاص والمواقف والقرارات. وهذا التصرف تقوم به النفس كحيلة نفسية للحصول على الاستقرار النفسي والتوازن الداخلي وذلك بالإمساك بزمام الأمور لئلا تنفلت فتؤذيها، وبالوقوف أمام مصدر الخوف والانتصار عليه لئلا يهينها ويقهرها فيصيبها بالإحباط والحسرة.

فالنفس هنا تهاجم لتدافع كما قيل: «**خير وسيلة للدفاع الهجوم**» وكما يقول بعض العامة: «**قابل الصياح بالصياح تسلم**»، وهذا الدفاع غالبًا ما يكون مبالغًا فيه (في حجمه أو شدته أو مدته . . .) كما تبالغ النفس في إحكام السيطرة على بعض المواقف وتصرفات بعض الأشخاص لعدم شعورها بالأمان ولخوفها من إفلات الزمام من يدها.

أمثلـــة:

١ ـ شخصان بينهما خصومة عند القاضي، فالأول عنده أدلة وشهود والثاني ليس كذلك ويشعر بخطر الهزيمة فيبادر بالهجوم على شخص خصمه بالافتراء والهمز واللمز والدعاوى الباطلة[١].

٢ ـ مدير شركة يشعر بالخطر والمنافسة من بعض من حوله من موظفيه فيذهب يتجول في مكاتبهم ويحملق بعينيه في وجوههم ولسان حاله يقول:

---

(١) للعدوان اللفظي عدة صور منها: السب والشتم والهجاء والذم والسخرية والغيبة والنميمة والتندر بالنكت اللاذعة اللاسعة.

كرّات عينك في العـدا تغنيك عن سل السيوف

أو يقول: «أسيطر عليهم لئلا يسيطروا علي».

٣ ـ رجل عنده بنت مراهقة يخشىٰ عليها من الهفوات فيحكم الرقابة عليها بقوة وشدة وعنف مع شيء من عدم الثقة في أقوالها وأفعالها دون أن يكون صدر منها ما يدعو لذلك وإنما مبالغة من الأب في السيطرة علىٰ الموقف لئلا يفلت يومًا ما من يده، وهو بهذا التسلط الزائد قد يضرها من حيث أراد نفعها.

٤ ـ مسئول كبير في إحدىٰ القطاعات يقلقه وجود منافس له في القطاع الذي هو فيه ويخشىٰ إن استمر عنده أن يحتل مكانه، فيبادره المسئول بالهجوم الدفاعي عليه من خلال افتعال مشكلة ما لينقله إلىٰ موقع آخر فيبعده عن محيطه.

٥ ـ تاجر يزعجه قريب له يشتغل بالتجارة وينافسه وكلما اجتمعا في مجلس وشعر الأول بخطر الثاني عليه أخذ يرمي ببعض العبارات غير المباشرة علىٰ مسمع الثاني إما بالاستهزاء أو التحدي أو نحو ذلك مثل قول بعضهم: «بعض الناس يحسب التجارة خذني جيتك مادرىٰ إنه ما يقدر عليها إلا أهل العزم والشدة . . . أما غيرهم ودّك يتركون الشغلة لأهلها»[1].

---

(١) من الناس من يبالغ في استقباله لما يُحتمل أنه موجه إليه أو لغيره، فيظن أنه هو المقصود بالانتقادات (وإن لم تكن موجهة إليه) وقد يبالغ في تحميلها معاني الإهانة والاحتقار ونحو ذلك فهو يستقرئ ما في أذهان الناس وكأنهم يقصدونه بكلماتهم وحركاتهم، علىٰ طريقة «يحسبون كل صيحة عليهم» و«إياك أعني واسمعي يا جارة» فيجعل نفسه مكان هذه الجارة دائمًا لذا فهو متأهب لإرجاع الضمير إلىٰ نفسه في كل قول أو فعل يدور من حوله (يخاطب نفسه بقوله: إنهم يقصدونني بهذه الإهانة . . .) وأكثر من يفعل ذلك أولئك الذين يستخدمون الطريقة نفسها في الإرسال (إياك أعني واسمعي يا جارة) حيث يرسلون الهمز المشفَّر إلىٰ أسماع أندادهم ويظنون الناس مثلهم في ذلك، فهم يستقبلون بالطريقة التي يرسلون بها.

من صور السيطرة للتنفيس:

١ ـ التشديد في مطالبة الموظفين باتباع القيود الدقيقة للأنظمة والتعليمات وعدم التهاون في أي شيء من ذلك مهما كان تافهًا (وليس ذلك لاتقان العمل وأداء الأمانة بقدر ما هو سيطرة على مصدر القلق).

٢ ـ الإكثار من النقد وتصيد العثرات والهفوات على الآخرين (ولا سيما الأنداد والخصوم).

٣ ـ الإفراط في المطالبة برفع مستوى الأداء والإنجاز والدقة في العمل وتحميل العاملين ما لا يطيقون .

٤ ـ الإفراط في وضع شروط معجزة وأنظمة صارمة وبنود معقدة (في العقود والاتفاقات . . .) لأجل السيطرة على مصدر الخطر .

٥ ـ مبالغة الزوجة في السيطرة على زوجها وعلاقته بأهله خشية أن يتحكموا بها ، وكأنها تقول بلسان الحال : «أتغدى بهم قبل ما يتعشون بي» .

فالعدوان باللفظ أو الفعل والمبالغة في التسلط والتحكم إنما هي سلوكيات تنم غالبًا عن شعور خفي بخطر (حقيقي أو متوهم أو مبالغ فيه) ترقبه النفس بحذر فتهاجمه لتخيفه وتصدّه عنها كما تقول العامة : «خايف ويخوّف» وكما قيل : «اقترب من الخوف تأمن» وبهذا تختلف هذه الحيلة النفسية عن حيلة الإزاحة والتي لا تجرؤ النفس فيها على المواجهة فتبحث عن مصدر آخر أقل خطورة وأذى فتفرغ عليه انفعالها .

ومفهوم التنفس بالعدوان معروف عند العرب منذ أزمنة بعيدة وموجود في تراثهم بأقوالهم وأفعالهم .

فمن ذلك قول زهير : **«ومن لم يظلم الناس يُظلم»** .

وقول ابن دريد : **من ظلم الناس تحاموا ظلمه** **وعزّ عنهم جانباه واحتمى**

وهم لمن لان لهم جاز

وقول غيره:

والظلم من شيم النفوس فإن تجد ذا عفــة فلعلــةٍ لا يظـلــم

ومن ذلك الحكمة المأثورة: **«إن لم تكن ذئبًا أكلتك الذئاب»**، وغير ذلك من الأقوال والأشعار.

والمكثرون من هذه الحيلة هم المتصفون بالتحدي والعناد مع شيء من الريبة وسوء الظن وضعف الثقة بالنفس رغم تظاهرهم بقوة الثقة.

وهذا العدوان بصوره السابقة اعتداء في غير محله ويجر إلى عدوان مضاد في كثير من الحالات وإلى استمرار المشاحنات والخصومات.

قال ﷺ: **«المستبّان ما قالا فعلى البادئ ما لم يعتد المظلوم»** رواه مسلم.

قال النووي: «معناه: أن إثم السباب الواقع من اثنين مختص بالبادئ منهما كله إلا أن يتجاوز الثاني قدر الانتصار»(١).

أما رد البغي الظاهر وانتصار المرء لنفسه بعد ظلمه فلا إشكال فيه إذا كان في حدود ما شرعه الله تعالى، قال عز وجل: **﴿وَالَّذِينَ إِذَا أَصَابَهُمُ الْبَغْيُ هُمْ يَنتَصِرُونَ (٣٩) وَجَزَاءُ سَيِّئَةٍ سَيِّئَةٌ مِّثْلُهَا فَمَنْ عَفَا وَأَصْلَحَ فَأَجْرُهُ عَلَى اللَّهِ إِنَّهُ لا يُحِبُّ الظَّالِمِينَ (٤٠) وَلَمَنِ انتَصَرَ بَعْدَ ظُلْمِهِ فَأُوْلَئِكَ مَا عَلَيْهِم مِّن سَبِيلٍ (٤١) إِنَّمَا السَّبِيلُ عَلَى الَّذِينَ يَظْلِمُونَ النَّاسَ وَيَبْغُونَ فِي الأَرْضِ بِغَيْرِ الْحَقِّ أُوْلَئِكَ لَهُمْ عَذَابٌ أَلِيمٌ (٤٢) وَلَمَن صَبَرَ وَغَفَرَ إِنَّ ذَلِكَ لَمِنْ عَزْمِ الأُمُورِ﴾** [الشورى: ٣٩-٤٣]، فقد شرع الله تعالى هنا العدل (القصاص) وندب إلى الفضل (العفو) وحذر من الظلم (البغي)، وجعل سبيل الحرج والعنت على الذين يبدؤون بالظلم(٢).

---

(١) النووي شرح مسلم (١٦/ ٣٣٧).

(٢) انظر المصباح المنير في تهذيب تفسير ابن كثير ط٢، ص ٩٨١.

٨ـ التكوين العكسي (ردة الفعل).

كثيرًا ما يكون في النفس دوافع وانفعالات ورغبات غير مقبولة (دينيًا أو اجتماعيًا . . .) فتخشى النفس إن أظهرت تلك الرغبات أو الدوافع والانفعالات علانية أن تقع في حرج وعنت وعندئذ قد تلجأ النفس إلى قلب هذه الدوافع والانفعالات والرغبات رأسًا على عقب فتظهرها بعكس حقيقتها لأن العكس هو المقبول اجتماعيًا أو المرضي عنه دينيًا أو خلقيًا فتستريح النفس عندئذ من عناء حبس تلك المشاعر والدوافع وما يصاحب ذلك من توتر داخلي وانزعاج نفسي، وغالبًا ما يصاحب هذا القلب مبالغة في إظهار المشاعر والدوافع الجديدة المزعومة لإقناع النفس والآخرين بها.

أمثلة:

١ـ طفل يغار من أخيه الرضيع غيرة شديدة ولا يستطيع أن يؤذيه بشيء، خوفًا من والديه فما يكون من نفسه إلا أن تقلب هذه الغيرة إلى حب زائد واهتمام كبير بأخيه (يقبّله كثيرًا ويضمه إليه . . .).

٢ـ صاحب مكتب عقار (أ) علم أن منافسة (ب) لديه مساهمة في أرض كبيرة المساحة حسنة الموقع وفرصة النجاح فيها كبيرة مما يولد غيرة شديدة في نفسه (أ) لكنه يقاومها فنفسه تصور له فشل صاحبه (ب) وضميره يقاوم ذلك إلى أن تأتي تلك اللحظة التي تُستثار فيها النفس فتأتي بحيلة التكوين العكسي وذلك عندما يُسأل (أ) عن مشروع (ب) فيرد بقوله: «أتمنى لهم النجاح والتوفيق وكل خير ونعمة، من أعماق قلبي».

٣ـ امرأة تكره زوجة ابنها وتحقد عليها في أعماقها لما ترى من اهتمام الابن بها أكثر من اهتمامه بأمه ولكن الأم لا تستطيع أن تواجه نفسها ولا ابنها وزوجته

بهذا الكره والحقد فينقلب في نفسها إلى حب شديد مبالغ فيه مع شيء من التكلف الزائد مما هو غير معهود من هذه الأم.

٤ ـ تاجر تموج نفسه بالرغبة في الغش في التجارة لتحقيق مكاسب كبيرة في أوقات قصيرة لكنه لا يطاوع نفسه في ذلك فيقاوم هذه الرغبة الملحة التي سرعان ما تنقلب رأسًا على عقب فتتحول إلى عكسها تمامًا مع شيء من المبالغة فيأخذ في التحذير من الغش والتنفير منه وبيان خطره والإكثار من ذلك بإفراط(١).

وهذه الحيلة النفسية تفيد في ضبط سلوك الشخص بما يلائم توقعات المجتمع وتخفف على النفس من الشعور بالإثم والخطيئة التي تشعر بها فيما لو استمرت تتبنى تلك المشاعر والدوافع السيئة ولذا فإن هذه الحيلة ليست مذمومة دومًا.

وهي وإن كانت تلتقي مع النفاق في كونها إظهار خلاف الباطن إلا إنها تختلف عنه بعض الشيء في أنها حيلة تلقائية قد لا تعيها النفس ولا تتحكم في تدبيرها بخلاف النفاق فهو عمل مدبر مقصود يدرك المنافق أنه يخدع الآخرين به ولا يخدع نفسه ثم إن التكوين العكسي قد يعين الشخص في الانضباط الأخلاقي والديني وإن كان فيه بعض التكلف والمبالغة أحيانًا.

وتنبغي الإشارة هنا أن ما في الضمائر لا يعلمه البشر وأن من الخطأ المبالغة في اتهام نيات الناس والشك في دوافعهم.

---

(١) ومن أمثال العامة قولهم ـ على لسان القط ـ: «غَطّوا عشاكم أبا أمرق» فقد كانت نفس القط تتلهف على تلك اللحمة في العشاء وودّ القط لو غفلوا عنه ليأخذها فلما حال دون ذلك موانع قوية، جاءت نفسه بهذه المقولة الورعة لإيجاد مخرج نفسي للهرب من إلحاح طلب اللحمة.

٩ـ الهروب إلى الخيال بدل الواقع (أحلام اليقظة).

هذه حيلة نفسية تحاول النفس من خلالها إرضاء بعض الرغبات والحاجات التي تعذّر على الشخص إرضاؤها في أرض الواقع فيحقق بالخيال وأحلام اليقظة والقصص الوهمية ما عجز عن تحقيقه في واقعه ليعزّي بذلك نفسه وينفّس لرغباته المكبوته ودوافعه المحبطة لترى النور ولو بالخيال.

وتختلف أحلام اليقظة عن الطموحات ورسم صورتها في المستقبل في أن الطموحات قريبة من أرض الواقع ويمكن تحقيقها ويبذل الشخص جهده في جعلها واقعًا يعيشه أما أحلام اليقظة فهي مجرد أحلام تسلية وتنفيس:

أهي الآمال نبنيها قصورًا على عمد الرياح فلن تقاما

الأمثلــة:

١ـ شاب يكثر السرحان والتفكير في الحصول على سيارة فخمة ذات مواصفات عالية وزوجة حسناء وبيت واسع ووظيفة مرموقة بينما واقعه دون أحلامه بكثير وهو لا يسعى بجد في تحقيق طموحاته.

٢ ـ موظف ذو دخل محدود وإمكانات ضيقة وتبعات كثيرة وأسرة كبيرة يحلم في يقظته بهبوط ثروة مفاجئة عليه تحل جميع مشكلاته المادية ويرتفع بها إلى الثراء والجاه.

٣ ـ زوج بينه وبين زوجته خلافات كثيرة وهو غير راض عن جمالها وشخصيتها، تذهب به أحلام اليقظة إلى نسج قصص خيالية مع زوجة أخرى ذات مواصفات قياسية في الجمال والأخلاق والشخصية والدين . . .

٤ ـ شخص ينهره قريبه الأكبر سنًا منه أمام جمع من الناس فلا يستطيع

مقاومته ولا نسيان إهانته ثم إذا جن عليه الليل واستلقىٰ في فراشه أخذ يتصور أنه انتقم منه أمام ذلك الجمع وقال وفعل . . .

المكثرون من أحلام اليقظة هم المتصفون بصفات ضعف الإرادة وقلة العزيمة ودنو الهمة والحيرة والتردد والانطواء والعزلة[1].

وتكثر هذه الأحلام في وقت المراهقة ولدىٰ الأطفال.

(١) انظر الشخصية المعتزلة ص ٢٢٦.

١٠ـ التعالي والتعاظم:

قال الخليفة المأمون: «**ما تكبّر أحد إلا لنقص وجده في نفسه**».

تميل بعض النفوس (في بعض المواقف أو في غالب أحوالها) إلى ستر شعورها بالنقص والصغار الغائر في النفس بستار من التعالي الظاهري والسمو والارتفاع والتعاظم والشموخ وتسدل النفس هذا الستار كلما انكشفت عورتها الداخلية إذا التفتت النفس إلى حقيقة صغرها وحقارة ذاتها أو جاءها من خارجها ما يشعرها بالدونية والانتقاص مما لا تتحمله تلك النفس لشدة إيلامه لمشاعرها الحساسة جدًا فهو يلسع أعماقها الطرية ويجرح فؤادها.

هذه الحيلة النفسية أشبه ما تكون بعمل حلقات الزنبرك («الياي» ـ «السستة») التي كلما ضُغطت وصغر حجمها استجمعت قواها فزادت قوتها وانطلقت لتمتد بحجم أكبر من حجمها الحقيقي بكثير وكأنها تحتج على من تقالّ شأنها واستصغر قدرها فتريه أنها أكبر مما يظن وأعلى قدرًا وأعظم شأنًا.

ويمكن تشبيهها بالبالون المطاطي فهو صغير الحجم في الحقيقة لكنه عند نفخه يتضاعف حجمه أضعافًا كثيرة (وإن كان داخله فارغًا مما عدا الهواء) وهكذا بعض النفوس تنتفخ وتتضخم بدرجة مبالغ فيها لأجل أن تباعد بين الصورة الممقوتة للذات (وهي أنها صغيرة محتقرة) وبين الصورة المشتهاة (وهي أنها عظيمة عالية شامخة مثالية طموحة متكاملة . . . إلخ) وبعضهم يصدق عليه قول القائل:

كمثل الطبل يُسمع من بعيد وباطنه من الخيرات خالِ

والفرق بين حيلة التعالي هذه وحيلة التنفيس بالعدوان أن مبعث حيلة التعالي الصغار والنقص فتغطيه النفس بالتكبّر ـ كما قال المأمون ـ وأمّا مبعث حيلة التنفيس بالعدوان فهو عدم الأمان مع الشعور بالخطر القريب والمبالغة في التأهب

له وصده بقوة عاجلة .

هذا وقد تجتمع الحيلتان في نفس واحدة إذا كان فيها شعور بالصغار مع فقد الأمان الداخلي فتدافع عن ذاتها بالتعالي والعدوان كليهما .

وقد يجتمع مع التعالي حيلة الاستدماج النفسي السالف ذكرها حيث تتعالىٰ النفس علىٰ الآخرين باستدماج حسناتهم وميزاتهم والتعالي بها علىٰ أهلها بشيء من التمويه والتعمية .

والمكثرون من التعالي هم المتصفون بصفات العجب والغرور والخيلاء والتيه مع قدر من الأنفة والاستنكاف والميل إلىٰ المثالية والكمال[1] فهؤلاء هم الذين يغلب عليهم الشعور بالنقص الدائم فيقاومونه بإدعاء الكمال في ذلك المجال الذي يشعرون فيه بالنقص أيًا كان ذلك (في العلم أو الفهم أو المال أو الجاه أو الشجاعة أو الإنجاز . . . إلخ)، ولذا يكثر تعاليهم واستدماجهم كلما شعروا بالنقص في مقابل الغير .

قال ابن المعتز : «**لما عرف أهل النقص حالهم عند ذوي الكمال استعانوا بالكبر ليعظم صغيرًا ويرفع حقيرًا وليس بفاعل**» .

تشاجر هرّ وكلب علىٰ قطعة لحم كانت بفم الهرّ فانتزعها الكلب منه بقوة وعضّه ونبح عليه فولىٰ الهرّ نحو بيت أهله هاربًا خائفًا كسيفًا ذليلاً مليئة نفسه بالصغار فلما دخل البيت توجه تلقاء المرآة ينظر فيها فرآىٰ نفسه أسدًا هزبرًا مخيفًا كبير الحجم ضخم الأعضاء عالي الرأس شامخ الأنف وعندئذ شعر الهرّ بالقوة والعزة فرفع صوته بالمواء قائلاً : «ميو ـ ميو » فسمعتها أذناه زئيرًا مدويًا من أسد غاضب مزمجر فقال الهر في نفسه وهو يشعر بالطمأنينة : «الكلب ابن الكلب، الآن تُرعد فرائصه خوفًا مني» .

(١) انظر الشخصية النرجسية ص ٢٣٧ .

وقديمًا قال أحدهم:

ومما يزهدني في أرض أندلس ... ألقاب معتضد فيها ومعتمد
ألقاب مملكة في غير موضعها ... كالهرّ يحكي انتفاخًا صولة الأسد

والتعالي موجود عند العرب منذ القدم ولهم في الفخر المبالغ فيه أبيات وقصائد كثيرة فمن ذلك قول عمرو بن كلثوم:

لنا الدنيا ومن أمسى عليها ... ونبطش حين نبطش قادرينا

ومما يزيد التعالي والتعاظم الشعور بالانتصار والغلبة بعد الهزيمة فالنفوس الصغيرة في حقيقتها المضخمة لذاتها ظاهريًا هي التي تتعالى عجبًا وتيهًا عند النصر أما النفوس الواثقة بقدراتها وبتوفيق الله لها فإنها تزداد عند النصر تواضعًا لله واعترافًا بفضله كما فعل الرسول ﷺ عند دخوله مكة فاتحًا مطئطئًا رأسه حتى إن شعر لحيته ليكاد يمس واسطة الرحل وكما فعل يوسف عليه السلام حينما قال لإخوته: ﴿**لا تَثْرِيبَ عَلَيْكُمُ الْيَوْمَ يَغْفِرُ اللَّهُ لَكُمْ وَهُوَ أَرْحَمُ الرَّاحِمِينَ**﴾ [يوسف: ٩٢]، وقال أيضًا: ﴿**مِنْ بَعْدِ أَن نَّزَغَ الشَّيْطَانُ بَيْنِي وَبَيْنَ إِخْوَتِي**﴾ [يوسف: ١٠٠] ولم يفخر عليهم، وكما فعل عمر بن الخطاب رضي الله عنه في فتوح الشام حينما توجه إلى الجابية على بعير وليس عليه عمامة ولا قلنسوة وقال قولته المشهورة: «**إنكم كنتم أذل الناس وأحقر الناس وأقل الناس فأعزكم الله بالإسلام فمهما تطلبوا العزة بغيره يذلكم الله**» فالاعتزاز بالإسلام محمود في مواضعه وليس من باب التعالي والتعاظم وقد وصف الله تعالى القوم الذين يحبهم بأنهم أذلة على المؤمنين أعزة على الكافرين فاعتزازهم مرتكز على عقيدتهم الصالحة لا على شخصياتهم وذواتهم أو صفاتهم البشرية أو كثرتهم وعدتهم، وقد عاب الله سبحانه على المؤمنين إعجابهم بكثرتهم يوم حنين: ﴿**وَيَوْمَ حُنَيْنٍ إِذْ أَعْجَبَتْكُمْ كَثْرَتُكُمْ فَلَمْ تُغْنِ عَنكُمْ شَيْئًا**﴾ [التوبة: ٢٥].

أما تبختر أبي دجانة (رضي الله عنه) أمام المشركين في غزوة أحد (إن ثبت) فقد روي أنه قال فيه الرسول ﷺ: «إنها لمشية يبغضها الله ورسوله إلا في مثل هذا الموطن»[1].

---

(١) ذكره الهيثمي في مجمع الزوائد.

١١ـ التذلل والتصاغر المذموم.

ليس هذا من باب التواضع لله تعالىٰ وخفض الجناح للمؤمنين مما هو محمود في الشرع والعرف، وإنما هذا إذلال للنفس وامتهان لها عند الآخرين لخلل ما في هذه النفس والتي لا تجد لها موقعًا في قلوب الآخرين ولا مكانة في نفوسهم فتتخذ الخضوع الزائد والاستكانة والتبعية وسيلة لكسب رضا الناس وقبولهم والشعور بالذات، فهذه النفس تنقصها الاستقلالية واحترام ذاتها وتقدير قدراتها وإمكاناتها فتميل إلىٰ غيرها ليسندها في ذلك وتقدم له في سبيل ذلك تنازلات وتضحيات كثيرة (مادية ومعنوية).

ويميل إلىٰ هذا الأسلوب كثير من أولئك الذين لا يجدون في أنفسهم الجرأة علىٰ مواجهة الآخرين والتعامل المباشر معهم مع ضعف القدرة علىٰ مخالفتهم[١].

(١) انظر ص ٢١٢، ضعف توكيد الذات.

١٢ـ الإفراط في الدعابة.

المزاح والدعابة وإضحاك الآخرين أمور تساعد في كثير من المواقف على التخلص من قدر كبير من التوتر النفسي وتعين الشخص على التكيف مع بعض المواقف والأشخاص. والقدر اليسير منها مقبول ما لم يصل إلى الإفراط.

من حيل النفوس التي يمارسها بعض الأفراد (بوعي أو دون وعي) الإفراط في الدعابة والإكثار من المزاح وإضحاك الآخرين لكسب استحسانهم وقبولهم ولتحسين صورته عندهم ونيل الحظوة في نفوسهم أو لتغطية عيب فيه أو نقص في بعض جوانب شخصيته، وأكثر ما يكون ذلك لدى المراهقين والمراهقات وعند أصحاب السمنة والبدانة المفرطة (فالدعابة تعينهم في تحمل الإزعاجات النفسية عند الاختلاط بالآخرين) وعند من تنقصهم الثقة والجرأة في مواجهة الأشخاص والظروف من حولهم.

وبعضهم يتكلف ذلك ويخطط له مسبقًا وقد يبالغ في اصطناع المواقف المضحكة وأحيانًا يتبرع بأن يكون هو موضوع الضحك (في مظهره أو كلامه أو تصرفاته . . . إلخ).

أما أولئك الذين يُضحكون الناس بإيذاء بعضهم من خلال ما يسمونه بالمقالب والمزاح الثقيل والمكائد فالغالب عليهم ضعف الضمير والمكر (انظر ص٢٩١).

١٣ ـ الإفراط في الإيثار والتضحية للآخرين.

الإيثار خلق محمود في الشرع والعرف وهو من صفات النفوس الشريفة التي تغلبت على حب الذات واتسعت قلوبها لمحبة غيرها وإشراكه معها فيما تحب دون الطمع في مصلحة شخصية من عائد مادي أو معنوي، كقوله تعالى: **﴿ وَيُطْعِمُونَ الطَّعَامَ عَلَىٰ حُبِّهِ مِسْكِينًا وَيَتِيمًا وَأَسِيرًا ⑧ إِنَّمَا نُطْعِمُكُمْ لِوَجْهِ اللَّهِ لَا نُرِيدُ مِنكُمْ جَزَاءً وَلَا شُكُورًا﴾** [الإنسان ٨ ـ ٩].

وقوله تعالى: **﴿وَيُؤْثِرُونَ عَلَىٰ أَنفُسِهِمْ وَلَوْ كَانَ بِهِمْ خَصَاصَةٌ﴾** [الحشر: ٩].

وقوله ﷺ: **«لا يؤمن أحدكم حتى يحب لأخيه ما يحب لنفسه»** رواه مسلم.

من حيل النفوس أن تفرط في الإيثار والتضحية للآخرين ليس عن باعث ديني أو خُلقي وإنما لعلة في أعماق النفس خفية كاحتقار الذات وإعلاء شأن الآخرين والشعور بفوقيتهم وأحقيتهم أو عدم القدرة على مجاراتهم بالمنافسة أو لأجل تفادي الخلاف معهم أو خشية سطوتهم وأذاهم ونحو ذلك فتبالغ النفس في حرمان ذاتها وإرضاء غيرها لتتمكن من تحقيق التوازن النفسي الذي تفتقده وتظل تخادع ذاتها بأن ما تقوم به إنما هو إيثار محمود وتضحية مطلوبة فيستمر الشخص في هذا الإيثار إلى أن يصبح عالة على غيره، غير قادر على القيام بنفسه وهذا ما نهى الله تعالى عنه بقوله: **﴿وَلَا تَجْعَلْ يَدَكَ مَغْلُولَةً إِلَىٰ عُنُقِكَ وَلَا تَبْسُطْهَا كُلَّ الْبَسْطِ فَتَقْعُدَ مَلُومًا مَّحْسُورًا ﴾** [الإسراء: ٢٩] أي: لا تسرف في الإنفاق فتعطي فوق طاقتك.

ويكثر الإفراط في الإيثار والتضحية للآخرين عند العشاق والمحبين فأشعارهم مليئة بعبارات التضحية المفرطة فهذا مستعد لإهداء عينيه إلى حبيبته وذاك خادم لمحبوبته ليلاً ونهاراً ناسيًا نفسه في حبها . . . ونحو ذلك من مشاعر الإيثار المفرط الدال على علة في النفس(١).

(١) وكثير منهم قد لا يقصد ما يقول وإنما هو من باب مبالغات الشعراء وقولهم ما لا يفعلون.

١٤ـ الإفراط في الزهد.

الزهد الحقيقي في الدنيا وفي ثناء الناس خلق محمود شرعًا وعرفًا وهو من صفات عباد الرحمن الأتقياء الذين سمت نفوسهم إلى المعالي الأخروية في الفردوس الأعلى فهم لم يتخلو عن الدنيا وما زين لهم من شهواتها بسبب عجز فيهم عن الميل إليها والحصول عليها وإنما رغبة فيما هو أعلى منها وأرفع وأدوم وأبقى: ﴿مَا عِندَكُمْ يَنفَدُ وَمَا عِندَ اللَّهِ بَاقٍ﴾ [النحل: ٩٦].

إن من حيل النفوس أن تبالغ في الزهد بشدة لأجل علة فيها؛ إما لعجز عن الحصول على ما تريد فتسوغ عجزها بعدم إرادتها وقلة رغبتها ذلك أو لعدم القدرة على الشعور بالاستمتاع المباح باللذات وهذا إما أن يكون راجعًا لتضخم الضمير وشدة سيطرته على النفس وإفراطه في المحاسبة حتى على المباحات، والمبالغة في جعل ذلك الاستمتاع من باب المكروهات أو المحرمات أو يكون راجعًا لضعف الثقة بالنفس واحتقارها بشدة واعتبارها ليست أهلاً للاستمتاع بذلك، أو يكون راجعًا إلى حزن واكتئاب (إما عارض أو مستمر) يؤثر سلبًا على المراكز العصبية في الدماغ المسئولة عن الشعور بالابتهاج والمتعة، ويؤيد هذا أن كثيرًا من الذين يصيبهم الاكتئاب ويفقدون الشعور بالبهجة يميلون إلى زهد شديد جدًا مبالغ فيه وقد يلومون الناس على الاستمتاع بما أحل الله لهم من الزينة والطيبات من الرزق ثم بعدما تزول عنهم تلك الكآبة يعودون إلى ما كانوا عليه من سابق حالهم.

وبعض النفوس تميل إلى الزهد عندما تضعف همتها وتفقد القدرة على التخطيط والعمل للمستقبل وبعض النفوس ذات الغيرة الشديدة والأنفة تزهد فيما تُسبق إليه من حظوظ الدنيا زهد تعالٍ واستنكاف، وأقبح ما يكون هذا الزهد

إذا زهدت النفس في خير ينفعها في الآخرة بسبب سبق سابق لها في ذلك ثم تسوّغ استنكافها وأنفتها بالزهد المصطنع وتأتي له بالمبررات المبهرجة . ﴿وَقَالَ الَّذِينَ كَفَرُوا لِلَّذِينَ آمَنُوا لَوْ كَانَ خَيْرًا مَّا سَبَقُونَا إِلَيْهِ﴾ [الأحقاف: ١١] .

١٥ـ التعويض النفسي:

كم من شخص عجز عن الوصول إلىٰ مراده وتحقيق أهدافه فشعر بالفشل والعجز والإحباط واحتقار الذات ولوم النفس ولكن نفسه لم تستلم للفشل ولم تستمر في العجز والوهن بل نهضت من جديد لتنفض عنها غبار الذل الذي لحقها بالفشل فتتوجه إما إلىٰ الهدف الأول نفسه (تعويض مباشر) وتبالغ في إحرازه بصورة متكلفة أو تتجه إلىٰ ميدان آخر (تعويض غير مباشر) لتحقق فيه نجاحًا كبيراً تغسل به عار الفشل السابق فتخفي بذلك عيوبها وتغطي عجزها .

أمثلـــة:

١ ـ طالب يفشل في دراسته ومجاراة أقرانه فيصاب بالإحباط واحتقار الذات فيصرف اهتمامه إلىٰ سيارته ويحرص علىٰ أن تكون فخمة جميلة نظيفة . . . إلخ فهو يسعىٰ بذلك إلىٰ إثبات ذاته أمام زملائه ويعوض نقصه ويستعيد احترامه عندهم وعند نفسه .

٢ ـ فتاة قصيرة تتمنىٰ لو أنها كانت طويلة فهي تشعر بالنقص واحتقار الذات فتتجه إلىٰ المبالغة في استعمال الكعب العالي وأدوات التجميل ومتابعة الموضة في اللباس وتسريحة الشعر وغير ذلك لتعوض نقصها .

٣ ـ واصل بن عطاء من شيوخ المعتزلة كانت فيه لثغة في حرف الراء فعوضها باتقانه الكلام الفصيح البليغ ويتلافي حرف الراء .

٤ـ شخص صدرت منه تصرفات غير مقبولة اجتماعيًا وشعر بأن مكانته الاجتماعية نزلت عما كانت عليه فيبادر بالتستر بالكرم المبالغ فيه ويعطي عطاءً جزلاً حرصًا علىٰ استعادة مكانته في قلوب الخلق واستئناسًا بقول الشافعي :

تستّر بالسخاء فكل عيـــب كما قيل يغطيه السخـــاء

٥ ـ شخص يعيره الآخرون بضعفٍ في نسبه وحسبه فيجتهد اجتهادًا (في الوظيفة أو المال . . .) ليرتفع بذلك علىٰ من حوله فيعوض نقصه .

التعويض الخارجي:

قد يعجز الشخص عن تحقيق مراده ولا يرضىٰ بذلك ويأبىٰ إلاّ أن يتم الوصول إلىٰ تلك الغاية التي كان يريدها ولو عن طريق وصول أحد أولاده فيُلزم بعض أولاده ويحفزهم إلىٰ الوصول إلىٰ ما كان يطمح إليه (الحصول علىٰ شهادة دكتوراه أو منصب معين أو تجارة . . .) وهذا قد يولد نفرة بين الآباء وذرياتهم بسبب اختلاف الرغبات والاهتمامات والقدرات والإكراه علىٰ دخول مجال لا يحبه الابن أو البنت .

المكثرون من التعويض هم المتصفون بصفات المثابرة والأنفة ولا سيما إذا كان فيهم عاهات جسدية أو فقر أو أي نقص حسي أو معنوي .

وحيلة التعويض قد تحمد في مواضع (كما في المثال الرابع) وتذم في مواضع (كما في المثال الأول) بحسب متعلقاتها .

١٦ـ التسامي النفسي:

ويسمى أيضًا **الإعلاء** أي: إعلاء الدوافع والارتفاع بتصريفها وتصعيدها بطريقة مقبولة للنفس وللآخرين وتحويل الدوافع النفسية الدنيئة أو المذمومة إلى مجال لا غبار عليه ويمكن التعبير عنه بوسائل مقبولة وبهذا تخفف النفس من وطأة تلك الدوافع الملحة عليها وتحقق عائدًا شخصيًا مقبولاً من جراء الأنشطة التي تقوم بها في هذا السبيل.

أمثلـــة:

١ـ رجل يجد في نفسه ميلاً شديدًا نحو الزنا لكنه لا يسمح لنفسه بممارسته ليقظة ضميره أو لقيود المجتمع ومع ذلك لا تستطيع نفسه تجاهل تلك الرغبة العارمة فيفكر في الزواج بثانية لكنه لا يستطيع لسبب من الأسباب وتستمر الرغبة العارمة تزعجه فما يكون من النفس إلا أن تتسامى بهذه الرغبة وترتفع بتصريفها إلى طريقة حسنة مقبولة وهي المساهمة في تزويج الشباب والفتيات فتنهمك النفس في هذا النشاط بحماس وتمضي فيه بارتياح لأنه يخفف عنها الصراع الداخلي الذي تجده بسبب تلك الشهوة الملحة[1].

٢ـ شخص فيه سرعة غضب وقوة بدنية ويتلذذ بالمشاجرات مع الآخرين والانتصار عليهم ولكن تعلم نفسه قبح الاعتداء على الناس فما يكون منه إلا أن يتجه نحو مجال مقبول اجتماعيًا وخلقيًا كالمنافسة في بعض الألعاب الرياضية (كاراتيه ـ جودو ـ مصارعة ـ ملاكمة . . .) فيمارس رغباته ويخرج دوافعه بأساليب مقبولة.

---

(١) هذا المثال لا يعني التعميم.

١٧ـ النكوص النفسي:

قد تعجز بعض النفوس عن تجاوز عقباتها وحل مشكلاتها ومواجهة الأزمات والضغوط النفسية بأساليب مناسبة فما يكون من النفس عندئذ إلاّ أن ترجع إلى الوراء وترتد في تفكيرها وسلوكها إلى مراحل سابقة في حياتها وإلى بعض الأساليب التي كانت تمارسها وتتغلب بها على إحباطاتها في الماضي (في الطفولة وأوائل المراهقة).

أمثلـــة:

١ـ فتاة مدللة في بيت أهلها، اعتمادية على والدتها في حل جميع مشكلاتها تمر بأزمة يسيرة بعد الزواج (كثرة الأعمال المنزلية وطلبات الزوج) فلا تستطيع تخطي أزمتها بسلام وتبدأ بإظهار الانفعالات المتنوعة (خوف ـ قلق ـ غضب ـ عناد . . . إلخ) استجداء تلقائيًا لأمها كي تقف معها وتحل لها مشكلتها كما كانت تفعل في الماضي.

٢ـ رجل جاوز الأربعين ولديه مشكلات عاطفية غرامية وسلوكيات غير مقبولة ولا سيما من أمثاله فما يكون منه إلاّ أن ينكص إلى مرحلة المراهقة حينما كان يطلق لنفسه العنان في تلك السلوكيات دون أن يجد في نفسه حرجًا كبيراً أو يشعر بلوم الناس له فيتصرف كما لو كان مراهقًا لم يبلغ العشرين من عمره.

٣ـ طفل تعدى مرحلة الفطام واستغنى عن الرضاعة ينكص إليها في بعض المواقف تحقيقًا للأمن النفسي.

وأغلب ما يكون نكوص البالغين عند أولئك الذين فيهم علل في النضج الانفعالي وفي قدرتهم على تحمل الإحباط ومقاومة الأزمات النفسية[١].

أما في مرحلة الطفولة فالنكوص شائع لدى معظم الأطفال الأسوياء.

(١) انظر الشخصية الهستيرية ص٢٣٢، والشخصية متقلبة المزاج (الحدية) ص ٣١١.

ملخص الحيل النفسية

١ـ **الإسقاط**: رمي أخطاء النفس على الآخرين (أو الظروف أو الأشياء) وتبرئة النفس من خطئها.

٢ ـ **الاستدماج** : إدعاد حسنات الآخرين أو ميزاتهم أو إنجازاتهم.

٣ ـ **الإنكار التلقائي**: تجنب الاعتراف بالواقع وعدم تصديقه لما فيه من حقيقة مؤلمة للنفس.

٤ـ **التسويغ**: الاتيان بأعذار منطقية (غير الأسباب الحقيقية) تُبرر الفشل أو الخطأ أو العيب.

٥ـ **التقمص**: تقليد (لا شعوري) شخصية أخرى لما فيها من صفات تعجب النفس.

٦ ـ **الإزاحة** : إخراج الانفعالات على جهة أقل خطورة من الجهة التي أثارتها.

٧ ـ **التنفيس بالعدوان أو السيطرة**: الهجوم على مصدر الخطر قولاً أو فعلاً أو تحكمًا بهدف الدفاع عن النفس وتخفيف الخوف.

٨ ـ **التكوين العكسي**: قلب الانفعالات والدوافع والرغبات غير المقبولة وإخراجها بعكس حقيقتها وبصورة مبالغ فيها.

٩ ـ **أحلام اليقظة**: الإفراط في الخيال والأماني لتحقيق رغبات وهمية عجزت النفس عنها في الواقع.

١٠ـ **التعالي والتعاظم**: ستر النقص بالتظاهر بالكمال.

١١ـ **التذلل والتصاغر**: المبالغة في إذلال النفس للآخرين للحصول على القبول عندهم.

١٢ ـ **الإفـراط في الـدعـابة:** المبـالغـة في إضـحاك الآخرين لكسب استحسـانهم والشعور بالمكانة عندهم أو ستر بعض العيوب .

١٣ ـ **الإفراط فـي الإيثار:** المبالغ في خدمة الآخرين (على حساب النفس) طلبًا لمرضاتهم ولتحقيق مكانة عندهم .

١٤ ـ **الإفـراط في الزهد:** المبـالغـة في نبـذ المتع المباحـة لا لغـرض ديني بـل لعلة نفسية .

١٥ـ **التعويض:** الإسـراف في إحـراز تفوق في ميـدان ما تغطيةً للعجز في ميـدان آخر .

١٦ـ **التسامي:** إخراج الدوافع غير المقبولة بصـورة مقبولة عن طريق الارتقاء في تصريف الدوافع .

١٧ـ **النكوص:** الرجوع إلى أساليب غير ناضجة وغير مناسبة للعمر والاعتماد عليها للتغلب على المشكلات .

(٣) أخطاء التفكير والأفكار

* مقدمة في التفكير

١- التوافق يعني السببية.

٣- اكتشاف الخلل يعني التسبب في إيجاده.

٥- تسليم مفاتيح التفكير لأيدي المشاعر.

٧- بادئ الرأي.

٩- الغاية تبرر الوسيلة.

١٢- رهبوت خير من رحموت.

١٤- خالف تعرف وخالف تذكر.

١٦- المبالغة في التصغير.

١٨- التفكير الحدي (طرفي النقيض).

٢٠- توهم المنافاة فيما لا منافاة فيه.

٢٢- التعامي عن المشكلة كفيل بحلها.

٢٤- الاكتفاء بالتفكير النظري في حل المشكلات العملية.

٢٦- من الذكاء استغلال الآخرين والظروف لتحقيق مكاسب شخصية.

التفكيـــر[١]:

هو سلسلة متـرابطة من العمليـات الذهنيـة المتنوعـة (الملاحظة والمقـارنة والتحليل والربط والتركـيب . . .) يقـوم بها الدماغ لهدف معين (كالوصـول إلىٰ استنتاج أو تكوين فكرة أو البحث عن معنىً . . .) استناداً إلىٰ معلومات معينة أو خبرات سابقة .

أهم العوامل المؤثرة في التفكير:

(١) القدرات العقلية (الذكاء ـ الانتباه ـ حسن الاستنتاج . . .) .

(٢) الحالة المزاجية وقت التفكير (حالة الفرح توجّه التفكير نحو التفاؤل وربما الاندفاع في الاستنتاج، وحالة الحزن توجه التفكير نحو التشاؤم وربما الحيرة والتردد في تكوين الانطباعات والآراء، وحالة القلق اليسير تزيد من التركيز علىٰ موضوع التفكير وأما القلق الشديد فيزيد من التشتت الذهني ويضعف التركيز . . .) .

(٣) ميول الشخص وطباعه واتجاهاته الشخصية (مثلاً : المرتاب يغلِّب سوء الظن في استنتاجه، والساذج المغفّل يغلِّب حسن الظن . . .) .

(٤) التربية والتنشئة التي مرّ بها الشخص (لها أثر في صياغة قوالب التفكير ومهاراته وتنظيم برامجه إضافة إلىٰ نوعية الأفكار الغالبة) .

(٥) المعلومات المتوفرة لدىٰ الشخص عن الموضوع الذي يجري فيه التفكير .

---

(١) انظر تعليم التفكير ـ د. فتحي جروان ـ دار الكتاب الجامعي ـ الإمارات .

وللتفكير أنواع ومهارات متنوعة:

* من أبرز أنواع التفكير: التفكير التأملي والاستنباطي والانتقادي والشمولي.

* من أبرز مهارات التفكير: مهارات تحديد حقيقة المشكلة وحجمها ومعرفة ما وراء الكواليس.

إن لتفكيرنا أثرًا مهمًا في مشاعرنا وإدراكنا وتصرفاتنا (سواء أدركنا ذلك أم لم ندركه) وهذا مشاهد في حياتنا الاجتماعية في أشكال متنوعة وصور شتى.

وهذا الأثر قد يكون إيجابيًا أو سلبيًا بحسب اختلاف نوعية الأفكار وطريقة التفكير وما يترتب على ذلك من مشاعر وتصرفات وغالبًا ما ينعكس ذلك في واقع حياة الواحد منا ويؤثر في علاقاته الشخصية وأعماله واهتماماته وإنجازاته.

ليس كل واحد منا يحسن التفكير النافع الفاعل المثمر في كل الأحوال، كثير من الناس فيه ذكاء لا بأس به لكن تفكيره فيه خلل في منهاجه أو أسلوبه يؤثر سلبًا في آرائه وأفكاره وقراراته ومن ثم في نجاحه في الحياة.

وفي المقابل هناك من الناس من هو متوسط الذكاء لكنه موفق في حسن التفكير (يتوفر في تفكيره الخصائص اللازمة للتفكير النافع) فيستطيع بتوفيق الله حل مشكلاته واتخاذ قراراته بشكل مناسب ووقت مناسب.

خصائص التفكير النافع

خصائــص التفكير النافــع	المعوقات والأخطاء
١ـ الاستناد إلىٰ معلومات موثوقة دقيقة نافعة.	ـ قلة مصادر المعلومات أو ضعف مصداقيتها.
٢ـ اتباع منهاج سليم بطريقة معقولة متجردة من أثر العاطفة والهوىٰ والرغبات ومعتمدة علىٰ القرائن والدلائل.	ـ تأثير الهوىٰ والعاطفة والرغبات والاستنتاجات العشوائية.
٣ـ تحديد المشكلة ومعرفة جوانبها وتشعباتها (بتركيز وتأمل وتساؤل . . .).	ـ تعقيد المشكلة وتداخل أطرافها وغموضها.
٤ـ إعطاء الأمور حجمها دون مبالغة أو تهوين.	ـ خلل التصور (تضخيم ـ تصغير)
٥ ـ البحث عن الأسباب المحتملة وتأملها جيداً.	ـ الغفلة عن الأسباب أو بعضها.
٦ ـ الانفتاح علىٰ البدائل والأفكار الخارجية ووجهات النظر الأخرىٰ وقبول المناسب منها.	ـ الانغلاق جهلاً أو عمداً (عناداً أو كبراً).
٧ ـ التوقيت المناسب في الحكم علىٰ الأمور واتخاذ القرارات بتوازن بين العجلة والتأخير بناء علىٰ وضوح التصور وتوفر الامكانات والدلائل. (مع حسن التوقع والتنبؤ).	ـ أسوء التوقيت (تبكيراً أو تأخيراً) أو التردد أو التأجيل.
٨ ـ المرونة في تعديل التصورات والقرارات عند ورود ما يدعو إلىٰ ذلك من معلومات مفيدة موثوقة.	ـ الجمود والعناد.
٩ ـ نبل الهدف وحسن النية.	ـ خبث الهدف وسوءا لنية.

يوجد العديد من أخطاء التفكير (في منهاج التفكير وأسلوبه) وأخطاء الأفكار (في طبيعة الفكرة ذاتها) المنتشرة في حياتنا اليوم والمؤثرة في شخصياتنا وطباعنا وعلاقاتنا مع أحداث الحياة ومع من حولنا وهي كثيرة ومتنوعة وقد يصعب حصرها كلها، وسأذكر جملة منها هنا مما هو ملحوظ في مجتمعنا وله أثر واضح في حياتنا.

١ـ التوافق يعني السببية:

عند توافق حدوث أمرين في زمن واحد أو مكان واحد أو ظرف واحد يستنتج بعض الناس أن هذا التوافق يدل على السببية؛ بمعنى أن أحد الأمرين سبب لحدوث الآخر، ومن الأمثلة المنتشرة عند العامة:

* الصلع يدل على الذكاء (سبب للذكاء).

* السمنة سبب للظرافة.

* كل ذكي لم يوفق في دراسته مصاب بعين.

* التشاؤم بشهر صفر (وكأن هناك ارتباط سببي بينه وبين ما يقع فيه من أمور ضارة).

رائحة مكة أم شيشة عفيف

قبل عدة عقود من الزمن خرجت إحدى الأسر حاجّة (أو معتمرة) ولما وصلوا إلى الحرم جاؤوه من جهة المسعى وكان قرب المسعى ذلك الوقت محلات تبيع الشيشة فنزلت الأم من السيارة تلبي وتسبّح لله وتحمده أن بلغها المسجد الحرام الذي لم تكن زارته من قبل وبينما هي تمتع ناظريها برؤية الحرم من الخارج إذا هي تشم رائحةا لشيشة والتي علقت في ذاكرتها وظنتها بخوراً يفوح من الحرم[1] وبقيت هذه المعلومة الخاطئة في ذهنها دون تصحيح إلى أن ذهبت الأسرة إلى العمرة بعد عدة سنوات ومرّت في طريقها على مدينة عفيف فأوقف السائق

---

(١) وقريب من هذا ما يحدث للمرأة في الوحم (خلال الأشهر الأولى من الحمل) حين تشعر بغثيان ونحوه ويصاحبه كره لبعض الروائح فيستقبل الدماغ هذه المعلومات مرتبطة ببعضها (الروائح مع الغثيان) ثم بعد انتهاء فترة الوحم وزوال الغثيان قد تشم المرأة تلك الروائح (وإن كانت عطورات) فتسبب لها شيئًا من الغثيان وهذا نوع من أنواع الارتباط الشرطي بين المثيرات المختلفة.

السيارة عند إحدى محطات البنزين وكان بقربها محلات لبيع الشيشة التي كانت تفوح رائحتها في أرجاء المكان فما كان من تلك الأم إلا أن قالت بلهجتهاالعامية : «ياالله نسألك من فضلك، يا زِين ريحة الحرم».

فهذه المرأة جعلت الرائحة ا لجديدة عليها علامة على القرب من الحرم لأنها لم تعرفها إلا قرب الحرم فجاءت بهذا الاستدلال الخاطئ الذي لم يتضح لهاخطؤه إلاّ بعد معرفتها رائحة شيشة عفيف.

وقد كان العرب يتشاءمون بشهر صفر عمومًا، وبشهر شوال في أمور النكاح خاصة، ويتوهمون أن للزمن تأثيراً سببيًا في الأحداث التي تقع فيه وهو تأثير سلبي يدعو إلى التشاؤم ويؤثر في التصرفات ويعوقهم عن المضي في أعمالهم فجاء النبي ﷺ بتصحيح لهذه المفهومات الخاطئة المغلوطة وبيّن أن هذه أسباب موهومة باطلة وأن الأزمنة لا دخل لها في التأثير السببي فيجب ألا تعلق الأفعال بما لا حقيقة له ولا أصل له[1]. وبعض الناس قد يفتح المصحف لطلب التفاؤل فإذا نظر ذكر النار تشاءم وإذا انظر ذكر الجنة قال: هذا فأل طيب، فهذا مثل عمل الجاهلية الذين يستقسمون بالأزلام[2].

التحقق من وجود علاقة سببية:

هناك عدة متطلبات للتحقق من وجود علاقة سببية بين أمرين متغيرين:

١ـ التلازم في الوقوع فإذا حصل أحدها (المسبِّب) حصل الآخر (المسبَّب) كإشراق الشمس ومجيء النهار.

٢ـ التلازم في التخلف فإذا غاب أحدهما (المسبِّب) غاب الآخر (المسبَّبَ)

---

(١) ومن ذلك قوله ﷺ: «إن الشمس والقمر لا ينكسفان لموت أحد من الناس، ولكنهما آيتان من آيات الله» رواه البخاري.

(٢) انظر: القول المفيد على كتاب التوحيد، ابن عثيمين ٢/ ٨٣ ـ ٨٦.

كغروب الشمس وذهاب النهار.

٣ـ التلازم في التغيير بينهما فإذا تغير أحدهما تغير الآخر كإظلام الشمس بسبب الغيوم أو الغبار الكثيف ينتج عنه خفوت الضوء في الكون، والتغير أنواع: «كمّي ونوعي» و «طردي وعكسي»......

٤ ـ استبعاد وإبطال البدائل المحتملة التي قد تدل على أن العلاقة بين المتغيرين ليست سببية كوجود أمر ثالث يفسر تلازم ظهور المتغيرين مع بعضهما أو اختفائهما أو تغيرهما[1]. (فالسهر والقلق متغيران قد يسبب كل منهما الآخر ولكن قد يكونان ناتجين عن أمر آخر مثل شرب القهوة مساءً أو مشكلة نفسية).

وعلى ما سبق فإن قول من قال: «إن الصلع بسبب الذكاء» لا يُقبل حتى يبرهن القائل أن كل ذكي أصلع (تلازم في الوقوع) وكل غبي ليس بأصلع (تلازم في التخلف) وأنه كلما زاد الذكاء زاد الصلع (تلازم في التغير) وعليه أن يبطل احتمال البدائل الأخرى المحتملة التي قد تفسر التلازم السابق.

---

(١) من الطرائف في هذا أن مغفلاً سأل آخر مثله عن مصدر الرياح من أين وكيف تهب؟ فأجابه صاحبه بأن الأشجار الكبيرة تتحرك فتهب الرياح بسببها فإذا توقفت الأشجار عن الحركة توقفت الرياح، فصدّقه صاحبه لأنه لا يفرق بين السبب والأثر ما دام يدركهما في وقت واحد.

٢ـ إيراد المعنى المكروه (على الذهن أو في الحوار) يدل على الرغبة فيه أو زيادة احتمال وقوعه.

هذا من أخطاء التفكير الشائعة عند كثير من الناس ذكوراً وإناثًا وقد يترتب عليه خلافات شخصية.

أمثلة:

١ ـ قال الابن الشاب لأمه وهو يودعها عند السفر: «عساك راضية عني إن متّ». فصرخت الأم في وجهة مذعورة: «فال الله ولا فالك، ليش تقول هذا الكلام».

٢ ـ قال لزميله ـ وهما يتحاوران عن إطارات السيارات وجودتها ـ: «الكفرات بدون لصتك ـ تيوبلس ـ آمن لك لو انفجر عليك الكفر . . .». فانزعج صاحبه وخطر على باله أن زميله يتوقع له الشر وكأنه يتمنى أن ينفجر الإطار فعلاً.

٣ ـ كان يستشير زوجته في صفقة تجارية فيها مخاطرة، وقد دعمته بكل ما تملك من مالها وهي خائفة من فشل الصفقة وعواقب ذلك فقالت له: «افرض إن الصفقة فشلت وراحت فلوسنا، و . . . . و . . .» فقام من مقعده وألقى بشماغه وعقاله على الطاولة وفي مخيلته أن الصفقة فعلاً خسرت وأخذ يلوم زوجته على كلامها بينما كان مرادها التخفيف من اندفاعه ومغامرته وتوعيته بأخطار المغامرة . . .

قد يكون مرد هذا الخطأ من أخطاء التفكير، عند بعض الناس إلى وجود تضخم في تأنيب الضمير أو حساسية نفسية زائدة مما يجعل الشخص يستقبل المعلومات ويفكر فيها بطريقة مشوهة تجعل شدة خوفه وحساسيته من بعض

الأمور تشوه عليه استقبال الواقع فكأن تلك الأمور ستقع حقيقة وكأن ذكرها أو تذكّرها سوف يُجسِّدها حية في أرض الواقع مما يجعل الذهن يتوهم وجود علاقة سببية خفية بين إيراد المعنى المكروه وبين الرغبة فيه أو زيادة احتمال وقوعه.

وقد يكون مردّ ذلك في بعض الحالات إلى المبالغة في إساءة الظن بالآخرين ونياتهم، وتحميل كلامهم من المعاني السيئة ما لم يقصدوه[1].

---

(١) وفي حالات معينة قد يظهر من فلتات اللسان بين المتباغضين ما يدل على تمني وقوع السوء بالطرف الآخر وربما ظهر ذلك بإطار مغلف بغلاف الاحتمال والافتراض وهذا متعلق بما يسمى بالتفكير الرغبي (انظر ص ١٣٩) وانظر الشخصية المرتابة (ص ١٨٢).

٣ـ اكتشاف الخلل يعني التسبب في إيجاده.

كثير من المشكلات في حياتنا لا ندرك حجمها أو شدتها أو خطورتها أو عمقها سواء كانت مشكلات صحية أو اجتماعية أو نفسية أو اقتصادية أوغير ذلك. وذلك لأن إدراك كثير من المشكلات يتطلب قدراً من المعرفة أو التخصص لا نحسنه فنحتاج إلى من يعيننا فيه فإذا أخبرنا بخلل لم نكن نعرفه أو نخاف وجوده أو نحو ذلك فقد نلقي اللوم على من اكتشف الخلل وكأنه هو المتسبب في إجاد ذلك الخلل.

أمثلـــة:

١ـ أخذ يرفع صوته في المجلس متضجراً من بعض الأطباء وشاكيًا من مبالغاتهم وتهويلهم وتضخيمهم واستغلالهم المرضى[1] فسأله أحدهم: «سلامات يا أبو خالد» فردّ بقوله: «كان عندي وجع في البطن ورحت لمركز الطبي وفحصني الطبيب بيده ثم بالسماعة ثم طلب تحاليل دم وإشاعة و . . . . وبعدين قال: فيك حصوات في المرارة واحتمال تليّف بالكبد وزيادة في الكولسترول وارتفاع في الضغط ولازم تخفف وزنك وتقلل أكلك وتمارس الرياضة و . . . فطلعت من عنده مريض، حط فيني ستين علة وأنا قبل ما أدخل عليه ما فيّ إلا وجع بطن خفيف».

٢ـ تعطلت سيارته عند إشارة المرور فحاول إصلاحها ولكنه لم يتمكن فاستعان بمن حوله وأبعدها عن الطريق فأوقفها جانبًا وأكمل مشواره إلى مقر

---

(١) يميل بعض الأطباء إلى استغلال المرضى ماديًا من خلال المبالغة في التخويف من بعض الأمراض والإكثار من إجراء الفحوصات التي لا داعي لها أو لأكثرها، ولا سيما وأن كثيراً من المراكز الطبية تجعل للطبيب نسبة من عائد الفحوصات إغراءً له على الإكثار منها، والمريض في الغالب جاهل بالطب حريص على صحته ويتبع ما يراه الطبيب.

العمل عن طريق سيارة أجرة ثم اتصل على ابنه الأكبر وطلب منه أن يخرج إلى السيارة بصحبة ميكانيكي ليصلح السيارة ويعيدها إلى المنزل، وحينما رجع إلى المنزل لم يجد السيارة فامتعض وسأل ابنه: «ليش ما صلحت السيارة؟!» فرد عليه الابن: «يقول الميكانيكي: السيارة فيها مشكلة كبيرة في المحرك ولابد من إصلاحها في الورشة ويمكن تكلف خمسة آلاف ريال» فرد الأب بغضب: «جايب لي ميكانيكي يطلّع لي بلاوي ويسبب لي مشاكل ما لها داعي . . .».

وقريب من ذلك ما تفعله بعض النفوس تجاه من ينقل إليها خبراً مؤلمًا (خبر وفاة قريب أو رسوب في امتحان أونحو ذلك) فتجد أن من يستقبل الخبر يمتعض من ناقل الخبر وكأنه هو المتسبب فيه.

٤ ـ الاحتجاج بالقضاء والقدر فيما لا يسوغ فيه الاحتجاج بذلك.

من عقيدة أهل السنة والجماعة أن الله تعالىٰ قدّر أفعال العباد وقضىٰ ما هم عاملون من خير وشر ولن يكون في أفعالهم إلا ما قدره الله تعالىٰ وقضاه لهم (وهذا داخل في الإرادة الكونية التي تشمل وقوع ما يرضاه الله تعالىٰ وما لا يرضاه شرعًا كالشرك والنفاق والزنا . . .) ولكن هذا لا يعفي الإنسان من تبعة أعماله فكل نفس بما كسبت رهينة لأن الإنسان أُعطي إرادة واختياراً وعقلاً يميز به بين الخير والشر، وقد بيّن الله له الخير والشر وطالبه بعمل الخير ووعده بالثواب عليه وحذره من الوقوع في الشر وأوعده العقوبة عليه (وهذا متعلق بالإرادة الشرعية والتي تعني ما يرضاه الله تعالىٰ شرعًا ـ من فعل الخير وترك الشر ـ سواء امتثله العبد أم لا).

وبيّن العلماء أن الاحتجاج بالقدر يسوغ في المصائب (بعد وقوعها)، ولا يسوغ في المعائب[1].

إن من أخطاء التفكير والسلوك[2] التي يقع فيها كثير من الناس ميلهم إلىٰ الاحتجاج بالقدر فيما يقعون فيه من أخطاء وما يكون فيهم من نقص ومعايب ليقنعوا أنفسهم وغيرهم بشرعية أخطائهم.

أمثلـــة:

١ ـ شاب متزوج ابتعث إلىٰ الدراسة في الخارج فذهب وحده وترك زوجته فأغراه الشيطان ووقع في الفاحشة ثم لما عاد إلىٰ بلده في زيارة قصيرة صارعته

---

(١) انظر شرح العقيدة الطحاوية لابن أبي العز الحنفي في تعليقه علىٰ قصة آدم مع موسىٰ عليهما السلام.

(٢) وقد يكون ذلك من الحيل النفسية أحيانًا (من التسويغ أو الإسقاط).

نفسه وأنّبه ضميره فأخبر زوجته بذلك فصعقت من الغيرة وأقسمت عليه ألا يذهب إلىٰ تلك الديار فأخذ يجادلها وكان من جداله أن احتج بالقدر (قدر الله وما شاء فعل) فقالت له: هل الله يريد منك أن تزني؟ قال: لا لكنه أمر مكتوب ووقع قالت: هل كنت مجبوراً علىٰ الزنا أم فعلته باختيارك؟ فصارت تجادله بالشرع والعقل الصريح وهو يتهرب بتصورات خاطئة يخادع بها نفسه وزوجته.

٢ـ طالب جامعي مهمل في دراسته (كثير الغياب قليل المذاكرة . . .) رسب في الامتحان فلامه أبوه وعنّفه علىٰ إهماله ورسوبه فشعر بالكآبة والحزن وانزوىٰ في غرفته يبكي ويحاور نفسه: لماذا يلومني أبي علىٰ أمر قد قدره الله عليّ، هذا قضاء وقدر.

٥ـ تسليم مفاتيح التفكير لأيدي المشاعر.

يحوي الدماغ عدداً من الوظائف العقلية النفسية المهمة ومن أبرزها الإدراك والمشاعر والتفكير والتصرف (تخطيطًا وتنفيذًا) وكل وظيفة من هذه الوظائف تؤثر وتتأثر بأختها إيجابًا وسلبًا، فلا غرابة أن يتأثر التفكير بالمشاعر، ومن زعم أن تفكيره مستقل عن مشاعره تمام الاستقلال فزعمه يحتاج إلى امتحان وتمحيص قبل قبوله، وقد لا يدرك الإنسان أثر مشاعره على تفكيره ولا يلام على ذلك وإنما يلام حينما يُسلم مفاتيح التفكير لمشاعره فتفتح من أبوابه ما تشاء وتغلق ما تشاء وتسيّره كيف شاءت إلى حيث اشتهت.

والمشاعر أنواع متنوعة (حب وبغض وغضب ورضا وتفاؤل وتشاؤم وخوف واطمئنان وتوجس واستكانة . . . .) وكل منها له أثره في التفكير والإدراك والسلوك، وكم من أناس سيطرت مشاعرهم على تفكيرهم فأوردتهم موارد العطب وبعضهم لا يستبينون الرشد إلى بعد اشتعال النار في الدار ووقوع الفأس في الرأس كما يقال.

أمثلـــة:

١ ـ شاب تعرف على فتاة عبر الهاتف فقابلها وأعجب بشكلها وبجمالها فأحبها حبًا أعمى قلبه عن مساوئها وسحر فؤاده بمحاسنها فصار يفكر فيها ليله ونهاره ويتخيلها شريكة حياته ورفيقة دربه و . . . . . فصارحها بكل ما في مشاعره وبيّن لها أنه جاد في طلبها من أبيها وسرعان ما تم ذلك (فرح الأهل بمن يستر عليهم تصرفاتها المشينة . . . .) وما هي إلاّ شهور معدودة حتى عادت من حيث جاءت بعد أن استعاد التفكير مفاتيحه من أيدي المشاعر فتأمل الشاب خطورة وضعه: (زوجتي تعرف زميلي وهو أجمل مني وعن طريقه تعرفت عليها وقد سبق له أن . . . . .).

٢ ـ قال لرفيق دربه ومستودع سره: «يا أخي، المدير يتحداني وما اعترض على الفكرة اللي طرحتها إلاّ لأنه يكرهني والآن يخطط ينقلني . . . . » فقال له صاحبه ـ وكان أعرف منه بموقف المدير ـ: «أبداً يا أخي، المدير ما يفكر هذا التفكير لكن أنت تفكر كذا لأنك خايف ومتوقع الخطر».

٣ ـ قالت مديرة المدرسة لمساعدتها: «المعلمة هدى ممتازة وحريصة على الطالبات ومرحة ومتمكنة من مادتها و . . . . لكن زميلتها نورة . . . . . . » فأجابتها المساعدة بكل صراحة:

وعين الرضا عن كل عيب كليلـة   كما إن عين السخط تبدي المساويا

* * *

٦ ـ استيلاء الرغبات على التفكير (التفكير الرغبي)

ما أكثر الأماني والرغبات في نفوس البشر، والتي قد تشتد وتكبر ويكون لها أثر على التفكير والمشاعر والسلوك سواء أدرك الإنسان ذلك أم لم يدركه.

قديمًا قالت اليهود والنصارى: ﴿لَن يَدْخُلَ الْجَنَّةَ إِلاَّ مَن كَانَ هُودًا أَوْ نَصَارَىٰ﴾ فرد الله عليهم بقوله سبحانه: ﴿تِلْكَ أَمَانِيُّهُمْ قُلْ هَاتُوا بُرْهَانَكُمْ إِن كُنتُمْ صَادِقِينَ﴾ [البقرة: ١١١].

وقالت اليهود: ﴿لَن تَمَسَّنَا النَّارُ إِلاَّ أَيَّامًا مَّعْدُودَةً﴾ فرد الله تعالى عليهم بقوله: ﴿قُلْ أَتَّخَذْتُمْ عِندَ اللَّهِ عَهْدًا فَلَن يُخْلِفَ اللَّهُ عَهْدَهُ أَمْ تَقُولُونَ عَلَى اللَّهِ مَا لا تَعْلَمُونَ﴾ [البقرة: ٨٠].

وقال الله تعالى عنهم أيضًا: ﴿وَقَالَتِ الْيَهُودُ وَالنَّصَارَىٰ نَحْنُ أَبْنَاءُ اللَّهِ وَأَحِبَّاؤُهُ قُلْ فَلِمَ يُعَذِّبُكُم بِذُنُوبِكُم بَلْ أَنتُم بَشَرٌ مِّمَّنْ خَلَقَ﴾ [المائدة: ١٨].

كم من شخص غلبت أمانيه ورغباته على تفكيره وتصوراته وتحليله للأمور فقامت الأماني مقام التوقعات المرتقبة، وربما امتد نفوذها في الذهن وقامت مقام الحقائق فتوهم الشخص أن رغباته هي الحقيقة الواقعة.

أمثلـــة:

١ ـ في اجتماع لمجلس إدارة إحدى الشركات التجارية قال أحد المسئولين أمام أعضاء المجلس: «الشركة المنافسة الوحيدة لشركتنا سوف تفشل قريبًا وتعلن عن عجزها و . . . وسوف يكون لشركتنا الريادة في هذا المجال وسوف تزداد مبيعاتنا و . . . .» فرد عليه رئيس مجلس الإدارة بقوله: «كيف عرفت ذلك؟» فلم يستطع تقديم إجابة مقنعة فقال له الرئيس: «فرق بين أن تتوقع وبين أن تتمنى

ويبدو أن الذي تحدثت عنه هي أمنيات في داخل نفسك أكثر من كونها توقعات مدروسة».

٢ ـ كان مستغرقًا في تفكيره حول وضعه الاجتماعي فقال لنفسه: «الآن المحل يدخل سنويًا مئة ألف ريال ومن راتبي مع راتب الزوجة نوفر خمسين ألف سنويًا والفلتين دبلكس تكلف مليون وخمسمئة ألف ريال . . . لكن لو اشتريت فلة واحدة وسيعة وقسمتها دورين أحط أم العيال في الدور الأرضي وأثّث الدور العلوي على مهل وتبدأ أم العيال تتعود على الوضع بالتدريج إلى أن توافق على زواجي وأتزوج ويكونون قريبين من بعض وكل واحدة تساعد الثانية و . . . . و . . . . ».

وبعد مدة وجيزة بدأ ينفذ أفكاره الرغبية بتفاؤل كبير بعيد عن الواقع وما إن تزوج حتى نشبت بينه وبين زوجته الأولى بعض الخلافات بسبب غيرتها المتوقعة والتي لم يحسب لها أي حساب فأصيب بإحباط كبير جداً لأنه لم يكن يفكر بطريقة موضوعية تراعي ظروف الواقع واحتمالاته فسارع بتطليق الزوجة الثانية وكانت حاملاً . . .

٧ـ بادئ الرأي.

قال: «حدثني قلبي أن هذاالبائع مخادع»، وقال آخر: «منذ أن رأيت فلانًا عرفت أنه غير متمكن من تخصصه». وقالت إحداهن: «يبدو أن زوجة أخي مغرورة». وقالت أخرىٰ: «خلال عشر دقائق عرفت شخصية المعلمة الجديدة إنها ذكية متميزة ممتازة من كل النواحي..» هذه وكثير غيرها من الانطباعات الأولية مبنية علىٰ بادئ الرأي ويمارسها بتكرار فئام من الناس دون تأمل وتمحيص، وإنما استنادًا إلىٰ الظن واعتمادًا علىٰ الحدس والتفرس الخاطيء، ومع ذلك يعد بعضهم ذلك من الذكاء والفراسة والدهاء.

إن كثيرًا من مواقف الحياة ومعاملاتنا مع من حولنا فيها أمور ظنية تحتمل أكثر من تفسير وتقبل أكثر من تأويل، ومع ذلك نجد بعضهم يُصدر عن تلك الأمور حكمًا ويثبت في ذهنه عنها تصورًا معتمدًاعلىٰ ما ينقدح في ذهنه من انطباع أولي هو بادئ الرأي.

إن حدسنا وظنوننا أمور نابعة من دواخل أنفسنا تتأثر بطباعنا وصفاتنا (علىٰ اختلاف بيننا في ذلك) وأما واقع الأحوال والظروف والأشخاص من حولنا فهي أمور تقع خارج ذواتنا (حقائق في الواقع) فإذا انكفىٰ الواحد منا علىٰ نفسه واكتفىٰ بما في داخله من انطباعات وحدس فهل سيحكم حكمًا صائبًا علىٰ أمر خارج ذاته في محيط واقعه؟! لا أظن ذلك. حتىٰ وإن حصل ذلك مرة أو مرتين وأصاب الحدسُ الواقع.

إن النظارة السوداء تريك الجوَّ وكأنه غائم بينما شمسه في رابعة نهاره، وكذا كل زجاج ملون فلونه يؤثر في لون ما وراءه. وهل تصل النفوس إلىٰ صفاء الزجاج غير الملون.

يقول العلماء: **«الحكم على الشيء فرع عن تصوره»**، فالتصور الصحيح المبني على إمعان النظر والتأمل والتمحيص للواقع المحكوم عليه يقود إلى حكم صحيح يطابق الواقع أو يقاربه. وعكس ذلك التصور القاصر يقود إلى حكم قاصر، قصوره بحسب قصور التصور وصاحبه. إذن فشعورك الداخلي وانطباعك الأولي مهما كان قويًا لا يعني بالضرورة أن ما تراه صحيح، ولا غنى لك عن تأمل الأمر وتقليب النظر فيه قبل الحكم عليه.

إن من الخطأ أن تصدر أحكامًا على أفراد أو جماعات أو أمور وأحوال من خلال مواقف محدودة جدًا ومعلومات قاصرة وظنيات عابرة.

ما أجمل أن نسمع قول: **«هذا ما يبدو لي الآن»**، ونحوه من عبارات يستعملها العقلاء الناضجون الذين يعرفون الفرق بين واقع الأمور وبين تصورات العقول، ويدركون مدى التقارب والتباعد بين هذا وذاك.

إن العجلة في الاستنتاج كثيرًا ما توقع صاحبها في مشكلات متعددة وخلافات متنوعة وربما تصدع علاقات وبغضاء وشحناء وأحيانًا مشادات كلامية سواء داخل الأسرة أو خارجها، خصوصًا إذا كان الشخص ميالاً بطبعه إلى سوء الظن في الآخرين ونياتهم، وكم من مُراجع ومراجعة في العيادات النفسية هذه أساس عللهم.

ترى الرجل النحيل فتزدريه ... وفي أثوابه أسد هصور

* * *

خذ بنصل السيف واترك غمده ... واعتبر فضل الفتى دون الحلل

* * *

٨ ـ الإلزام بما لا لزوم فيه.

من أخطاء التفكير الشائعة إلزام النفس أو الغير بما لا لزوم فيه، وإيجاب ما لا يجب (لا شرعًا ولا عقلاً) والانسياق وراء تلك الإلزامات المتعسفة وما يتولد عنها من استنتاجات وتبعات تُضيّق ما وسع الله على عباده وقد توقع المرء في حرج مع نفسه أو مع غيره وأكثر ما يكون ذلك في التطلع للمثالية والكمال، ولو أعاد المرء النظر في هذه الإلزامات الذهنية الجائرة (يجب أن، لا يمكن أبدًا، يستحيل. . . .) وأحل محلها ما هو أكثر مرونة وواقعية (مثل: ينبغي، ومن الأفضل . . . .) لاستراح من عناء كبير وهمٍّ عريض واستطاع المضي في تحقيق أهدافه والتكيف مع ظروفه والآخرين من حوله.

أمثلـــة:

١ ـ قال المعلم ناصحًا لطلابه في الصف الثانوي: «يجب عليكم جميعًا أن تكونوا محبوبين مقبولين عند جميع الناس وألا تزعجوا مشاعرهم أبدًا مهما كان الأمر . . . » فسأله أحد الطلاب بكل وضوح وصراحة: «يا أستاذ، ولد الجيران يطلب مني أوصله كل يوم للمدرسة معي، وأحيانًا أتأخر عن المدرسة بسببه ويعاقبني الوكيل وإذا تركته زعل وإذا طلبت منه نخرج بدري زعل . . . . »

٢ـ قال لنفسه: «لازم أكون مثالي ميّة بالمية: في العمل، أحضر قبل بداية الدوام وأخلص جميع المعاملات في نفس اليوم ولا أخرج إلا بعد نهاية الدوام طوال أيام السنة مهما كانت الظروف ولازم أنهي جميع أعمال البيت في نفس اليوم ولا أترك حاجة ناقصة في البيت ويجب على أولادي أن يكونوا متفوقين في الدراسة والأخلاق دائمًا ويجب . . . » .

وفي كل أسبوع يضطره زحام الطريق إلى التأخر عن الدوام لمدة ربع إلى

نصف ساعة (مرة أو مرتين) وأحيانًا تتراكم المعاملات على مكتبه لكثرتها وتعقيدها فلا يستطيع إنهاءها في اليوم نفسه، وإذا عاد إلى بيته وجد الأولاد يتشاجرون وبعضهم يضرب بعضًا وإذا فتح دفاتر متابعتهم وجد ملحوظات المعلمين والمعلمات كثيرة متنوعة فصار في صراع كبير بين مثاليته وبين واقعه.

٩ـ الغاية تبرر الوسيلة:[1]

وهذا ما يسمى بمبدأ مكيا فيللي[2] والذي بدأ، أول ما بدأ، في المجال السياسي في أوربا ثم انتشر في العالم أجمع وامتد إلى المجالات الاجتماعية والاقتصادية وغيرها، وهو مبدأ نفعي بحت لا يراعي المبادئ والأخلاق والنظم والتشريعات وفيه قدر كبير من الأنانية والمكر لما فيه من حرص على تحقيق المصالح الشخصية الخاصة والوصول إليها ولو بالحيلة الممنوعة شرعًا أو عرفًا ويمكن اعتباره خطأ من أخطاء التفكير والسلوك أو غشًا محضًا أو حيلة نفسية لا شعورية (حيلة التسويغ) بحسب حال صاحبه، ويكون ذلك في الأمور التي لها متعلقات شرعية أو أخلاقية.

أمثلة:

١ ـ امرأة تزوج زوجها بأخرى أجمل منها فاحترق قلبها غيرة وألمًا، خصوصًا وأن زوجها قد مال إلى الأخرى عنها فما كان منها إلا أن ذهبت تلتمس عند السحرة والمشعوذين وسيلة تقرب زوجها إليها (سحر عطف)، وتهون على نفسها خطورة فعلها بأن ذلك لا بأس به ما دامت الغاية (كسب قلب الزوجة) غاية شريفة.

٢ ـ شخص يقترض من البنك مبالغ طائلة بفوائد ربوية ويرى أن الحاجة الملحة (إكمال مشروعه وبناء عمارته وتزويج ابنه . . .) تكفي مبررًا يجيز له ما لا يجوز شرعًا فإذا نصحه أحد في هذا قال: «ما فيها شيء، هدفي نبيل . . . . ».

---

(١) هذا يختلف عن القاعدة الشرعية «الوسائل لها أحكام المقاصد» والتي تؤكد أن ما لا يتم الواجب إلا به فهو واجب وما لا يتم المسنون إلا به فهو مسنون، وطرق الحرام والمكروهات تابعة لها، ووسيلة المباح مباح (انظر: القواعد والأصول الجامعة، ابن سعدي، مكتبة المعارف).

(٢) مكيافيللي (١٤٦٩ ـ ١٥٢٧م) مفكر سياسي وكاتب إيطالي ألف كتابًا أسماه «الأمير» روّج فيه مبدأه الشهير هذا والذي كان يرى فيه أن نبل الغاية وشرفها كفيل بتبرير خسة الوسيلة.

١٠ـ كي تكون سعيداً لابد أن يرضى عنك الجميع.

الناس لهم آراء مختلفة (متناقضة أو متنوعة) ولهم أمزجة متفاوتة ولا يمكن إرضاؤهم جميعًا دومًا لأن ما يرضي فئة قد يسخط أخرىٰ، وما يسعد فلانًا يضجر غيره. وقديمًا قيل: «**رضا الناس غاية لا تدرك**»(١).

وأبرز ما تكون المخالفة في الأمور الاعتقادية التي لا يهون علىٰ النفوس التنازل عنها. قال تعالىٰ: ﴿**وَلَن تَرْضَىٰ عَنكَ الْيَهُودُ وَلَا النَّصَارَىٰ حَتَّىٰ تَتَّبِعَ مِلَّتَهُمْ**﴾ [البقرة: ١٢٠] قال ابن كثير: «وليست اليهود يا محمد ولا النصارىٰ براضية عنك أبدًا، فدع طلب ما يرضيهم ويوافقهم وأقبل علىٰ طلب رضا الله في دعائهم إلىٰ ما بعثك الله به من الحق»(٢).

كثير من الناس اليوم يعلق سعادته وراحة نفسه بكسب رضا الناس كلهم وكأنه يقول لنفسه: لاسعاده .. إلا برضا الناس عني جميعًا فإن رضوا عني جميعًا صرت سعيدًا وإن سخط أحد منهم فلن أجد السعادة.

قال ﷺ: «**من أرضى الله بسخط الناس كفاه الله الناس ومن أسخط الله برضا الناس وكله الله إلى الناس**»(٣).

---

(١) ومن حكم الشعر النبطي قول محمد القاضي:

هيهات من يسلم من الشوم واللوم ... رضـا الناس فيها غايـة ما تـرام

(٢) المصباح المنير في تهذيب تفسير ابن كثير.

(٣) صححه الألباني ـ السلسلة الصحيحة ٢٣١١.

أمثلـــة:

١ ـ امرأة رقيقة القلب حساسة المشاعر تحب الناس وتضحي من أجلهم، إذا رضوا عنها غمرتها السعادة وإن ردّت لأحد طلبًا بقيت أيامًا تتألم لذلك، تريد أن ترضي جميع جاراتها بالاستمرار في الحضور معهن في الاجتماع النسوي الأسبوعي ولكن وقته يتوافق مع الوقت الذي يجتمع فيه أهلها عند والدها فتحضر عند هؤلاء مرة وعند أولئك مرة كي ترضي الجميع وأحيانًا لا يرضى منهم أحد فتتكدر نفسها وتشعر باضطراب في القولون وقلق وأرق ولا سيما إذا عاتبها زوجها على تركها أهلها.

٢ ـ خالد شاب مراهق له أصحاب يدعونه إلى السهر خارج البيت ويريد أن يرضيهم (ويستمتع معهم) لكن ذلك يسخط والديه وهو حريص على رضا والديه فإذا امتنع عن مسايرة أصحابه سخطوا عليه فشعر بالحزن وذهب ليرضيهم فإذا سهر خارج البيت سخط عليه أبواه وهكذا هو في دوامة التعاسة.

قال ابن المقفع في الأدب الكبير: «إنك إن تلتمس رضا جميع الناس تلتمس ما لا يُدرك، وكيف يتفق لك رأي المختلفين؟! وما حاجتك إلى رضا من رضاه جور، وإلى موافقة من موافقته الضلالة والجهالة؟! فعليك بالتماس رضا الأخيار منهم وذوي العقل، فإنك متى تصب ذلك تضع عنك مؤونة ما سواه».

* * *

إذا رضيت عني كرام عشيرتي فلا زال غضبانًا علـي لئامهـا

* * *

١١ـ لكي تكسب رضا الناس وتقديرهم ازدد مسايرة لهم على كل حال.

هذا من أخطاء التفكير والسلوك التي يمارسها كثير من الناس اليوم، الذين يجعلون من أكبرهمّهم رضا الآخرين عنهم واستحسانهم وقبولهم لهم، فهم يتصورون أن المجاملة والمسايرة على كل الأحوال (بغض النظر عن الصواب والخطأ) توجد لهم مكانة في نفوس الآخرين وأن رضا الناس عنهم يزداد بازدياد المجاملة والمسايرة، والواقع أن الناس كثيراً ما يمقتون من هو إمّعة يسايرهم على كل حال ولا يميز بين الصواب والخطأ.

إن القدر اليسير المعقول من المسايرة للآخرين يولّد قدراً من التقارب والتآلف بين الطرفين وليس في هذا إشكال (إذا كان في الحدود المقبولة شرعًا) وإنما الإشكال في المبالغة في ذلك وجعل العلاقة بين المسايرة والاستحسان علاقة طردية مستمرة (كلما زادت مسايرتك للناس زاد استحسانهم لك ورضاهم عنك)، وهذا يختلف عن الخطأ السابق من أخطاء التفكير (رقم ١٠) في أن الشخص في الخطأ السابق يعلق سعادته برضا الناس عنه وأما هنا فإنه يتصور وجود علاقة طردية دائمة بين المجاملة وبين رضا الناس وأن الوسيلة لكسب رضا الناس هي مجاملتهم دائمًا، والواقع يشهد أن كسب تقدير الناس يختلف باختلاف الأشخاص فمنهم من لا يناسبه سوى الحزم معه فهو الذي يشعره باحترامك وتقديرك.

أمثلــــة:

١ ـ هند طالبة في الجامعة وعلى قدر كبير من الحياء والخلق الحسن والتدين صاحبت مجموعة من الطالبات أقل منها في التدين والخلق فتعلقت بهن تعلقًا كبيراً رغم علمها بما يصدر منهن من سلوكيات ذميمة (مكالمات غرامية مع شباب. . .) استمرت هند مع صاحباتها بالمجاملة والمسايرة وكسبت بذلك ودّهن

جميعًا فسعدت برضاهن وعدم صدودهن عنها لكن ذلك الرضا لم يدم طويلاً فقد شعرت صاحباتها بعد مدة بسذاجتها إذ كيف تكون متدينة ومع ذلك تصاحب فتيات متفلتات وتسايرهن وترضىٰ عنهن وتطلب ودّهن فما كان من إحداهن إلا أن صارحتها بقولها : «شوفي يا هند إما تصيرين مثلنا وإلا تفارقيننا».

٢ ـ كان صالح ينوي شراء فلة، وقد جمع مبلغًا مناسبًا لذلك وبدأ يبحث عن فلة تناسبه، خصوصًا وأن معه والدته وأخته في البيت، وبعد أيام جاءه أحد أقاربه وطلب منه قرضًا (مئة ألف ريال) ففكر صالح في الأمر ثم رأىٰ أن يكسب رضا قريبه وأن يعطيه المبلغ ليردّه له بعد ثلاثة أشهر كما وعده، ولم يمض علىٰ إقراض صالح قريبه سوىٰ أسبوعين حتىٰ جاءه الخبر أن قريبه اشترىٰ فلة وأنه لن يستطيع سداد القرض قبل سنتين ولـمّا علمت أم صالح بما فعله ابنها تعكر مزاجها وقالت المثل العامي المعروف : «النخلة العوجا بطاطها بغير حوضها».

١٢ ـ رهبوت خير من رحموت:

أي: أن يرهبك الناس ويخافوك خير لك من أن تكون ضعيفًا يشفقون عليك ويرحمونك، وهذه من الحكم المعروفة عند العرب فقد كانوا يميلون إلىٰ الاعتزاز بأنفسهم ولو أخذتهم العزة بالإثم أحيانًا بظلم غيرهم وإخافتهم.

وكثير من الناس اليوم يبالغ في تبني هذا التصور والعمل بهذه الفكرة حتىٰ مع أقرب الناس إليهم ومن هم في حاجة إلىٰ مودتهم وعطفهم وحنانهم وصلتهم وبرهم ولو كانوا آباءهم أو أبناءهم أو إخوانهم أوأزواجهم فتجد الواحد يتكلف الاتصاف بالغلظة والشدة ليكون مرهوب الجناب لأنه يتصور أنه إن لم يكن كذلك فإنه سيصبح عرضة للاستضعاف والاستغلال والاحتقار.

ليس الخطأ هنا في الاتصاف بالحزم في بعض المواقف ومع بعض الأشخاص الذين تقضي الحكمة استعمال الحزم في التعامل معهم وإنما الخطأ في المبالغة في الشدة والقسوة وجعل ذلك وسيلة لإرهاب الآخرين.

فقسا ليزدجروا ومن يك حازمًا   فليقسُ أحيانًا على من يرحم

أمثلـــة:

١ ـ معلم حديث عهد بالتعليم، من طبعه الرفق والهدوء والشفقه جاء إلىٰ معلم أكثر منه خبرة وأطول منه في التعليم باعًا وأخذ يستشيره في كيفية التعامل مع الطلبة فأشار عليه بالشدة والقسوة عليهم كي يرهبوه ويحترموه ولئلا يستخفوه، فبدأ المعلم الجديد يعمل بالنصيحة علىٰ علتها فيغلظ القول للطلاب ويعاقبهم عقوبات لا يستحقونها فكثرت خلافاته مع الطلاب وأولياء أمورهم وجلب لنفسه من الهم والغم ما كان في غنىٰ عنه لو أنه ما تبنىٰ فكرة الإرهاب هذه، واستعمل بدلاً عنها الحزم في وقته والرفق في حينه.

٢ ـ رجل أعمال لديه مجموعة كبيرة من العمال الضعفاء الفقراء الذين جاؤوا يطلبون لقمة العيش (وتغربوا عن أوطانهم وأهليهم) فصاروا تحت كفالة هذا الرجل الظالم الذي يتصور أن هؤلاء كالسباع الضارية فلا ينفع معهم إلا الشدة والتضييق عليهم في رواتبهم ومساكنهم وباقي حقوقهم فأخذوا يتمردون عليه واحداً تلو الآخر ولسان حالهم يقول : «كما تدين تدان» .

١٣ ـ سوء الظن من حسن الفطن.

لا بأس باستعمال سوءالظن في المواقف التي تدعو لذلك ولا سيما إذا وجد من القرائن والدلائل ما يجعل إساءة الظن من الحزم والحكمة وقد يحتاج إلى ذلك رجل الأمن والقاضي وكل من يتعامل مع مشكلة بين طرفين ولا سيما إذا كان أحدهما أو كلاهما من أهل المكر والخديعة.

يبالغ كثير من الناس في استعمال سوء الظن في غير موضعه فيؤثّر ذلك على تفكيرهم واستنتاجاتهم ولا سيما أولئك الذين يتصفون بصفات الشك والريبة(١) ويرون أن ذلك من الحزم دائمًا فيحملون الكلام على أسوأ ما يمكن حمله عليه ويبالغون في تخوّن الناس واتهامهم ويتكلفون الأدلة على ذلك ويسيئون إلى أنفسهم وإلى غيرهم وهم يظنون أنهم يحسنون صنعًا، وقد نهى الله تعالى عن ذلك بقوله تعالى: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اجْتَنِبُوا كَثِيراً مِّنَ الظَّنِّ إِنَّ بَعْضَ الظَّنِّ إِثْمٌ﴾ [الحجرات: ١٢].

مثـــال:

إحدى الزوجات حين سمعت هاتف زوجها (الهاتف النقال) يصدر صوت استقبال رسالة بادرت بالاطلاع عليها بنفسية مرتابة متأهبة للشك فإذا مكتوب على شاشة الهاتف: «بعد أيام سأحضنك يا حبيبي» وعندئذ ثارت غيرتهاواستعر جنونها واستشاطت غضبًا فاتصلت بأهلها الذين توجهوا إليها مسرعين ثم اتجهت هي إلى زوجها تجادله وتخاصمه وتتهمه، فتبسم ضاحكًا من قولها وقال: أكملي الرسالة واهدئي، فضغطت بأصبعها زر الهاتف وهي واثقة أن آخر الرسالة ليس بأهون من أولها، فإذا بالعبارة التالية: «حبيبتك العطلة الصيفية» وإذا بالمرسل أحد أصدقائه، عند ذلك تغير موقفها واتصلت بأهلها طالبة منهم صرف النظر عن الموضوع.

---

(١) انظر صفات الشخصية المرتابة ص ١٨٢ .

١٤ـ خالف تعرف وخالف تذكر:

بعض الناس لديه تصور خاطئ يؤثر في تكفيره سلبًا؛ وهو أن موافقة آراء الآخرين (وإن كانوا على صواب) تعني التبعية للغير والانقياد لهم، وتشعره بالضعف والذلة، ويكثر هذا التصور لدى أولئك المولعين بالاستقلالية وحب التميز والتفرد والعناد، الذين يريدون أن يكون لهم هيبة ووقار وإجلال في أعين الناس من خلال التفرد عن الآخرين(١)، وهذا الخلل في التفكير والسلوك قد يصدّ عن الحق الواضح وقد يوقع الشخص فيما لا يحمد عليه من الأفكار والآراء أو التصرفات.

خلافًا لقولي من فيالة(٢) رأيه كما قيل قبل اليوم خالف لتذكرا

وقد يصل ضرر هذا الخلل في تفكير شخص واحد إلى تعطيل قرارات مهمة وإجراءات حاسمة سواء في أمور أسرية أم في أمور مالية أو اجتماعية أو إدارية أو غير ذلك ولا سيما إذا كان لهذا الشخص اتباع يؤيدونه على ما هو عليه غاضين النظر عن صوابه وخطئه.

ومن عجيب ذلك أن تجد بعض الأشخاص ليس لديه رأي محدد فيما يدور فيه الحديث وقد لا يهتم بموضوع النقاش ولكن بمجرد ما يتحدث أحد أنداده في الموضوع ويبدي وجهة نظره يسارع هو إلى إبداء رأي مخالف تمامًا لما قاله نده ونظيره كي يَشعر (ويُشعر غيره) بالتميز والاستقلال والبروز، بل إن بعضهم يكون لديه توجه نحو رأي معين يكاد أن يظهره ثم إذا اختار ندُّه ذلك الرأي نكص عنه وانقلب إلى ضده وكأنما ذلك الرأي إناء ولغ فيه كلب، وأكثر ما يكون هذا بين

---

(١) انظر الشخصية المرتابة ص ١٨٢، والشخصية النرجسية ٢٣٧.

(٢) فيالة الرأي: ضعفه وخطؤه.

المتحاسدين غير المنصفين وغير الواثقين بأنفسهم.

مثال: اجتمعت لجنة مشكلة من سبعة أشخاص من تخصصات مختلفة، بهدف بحث مشكلة ما (تربوية ـ أو اقتصادية ـ أو اجتماعية . . .) وبعد تداول الآراء ووجهات النظر اقترح أحد أفراد اللجنة اقتراحًا جيدًا يساهم في حل المشكلة بشكل جيد واتجهت الآراء المنصفة نحو هذا الاقتراح تؤيده لكن أحد أفراد اللجنة جاء باعتراض حاد على هذا الاقتراح وأخذ يقلل من شأن الاقتراح وشأن صاحبه ثم جاء باقتراح يختلف بعض الشيء (ظاهريًا) عن الاقتراح الأول وإن كان في حقيقته هو ذلك الاقتراح نفسه.

١٥ ـ المبالغة في التضخيم.

يعتمد التفكير السليم على تصورات سليمة خالية من المبالغة (في التضخيم أو التصغير) بحيث يدرك الذهن المعلومات بحجمها كما هو ويتعامل معها على هذا الأساس ، تحليلاً وتركيبًا واستنباطًا واستنتاجًا ومن ثم يضعها موضع التنفيذ العملي .

هناك أنواع عدة من المبالغة في التضخيم تختلف باختلاف الأشخاص وطباعهم :

* فمنهم من يضخم سلبياته وإيجابيات غيره فهو يبالغ في تصور أخطائه وعيوبه وهفواته وضعف قدراته وقلة إمكاناته وما يواجهه من مشكلات وعقبات ونحو ذلك كما يبالغ في تضخيم إيجابيات غيره وميزاتهم وقدراتهم ونجاحهم . . . وأكثر ما يكون هذا الخلل في الأشخاص المتشائمين والمحبطين نفسيًا(١) .

* ومنهم من يضخم سلبياته وسلبيات غيره ويبالغ في تقديراته لحجم تلك السلبيات بما لا يتناسب مع الواقع ، وهذا يكثر عند من لديهم تضخم مرضي في الضمير يجعلهم يُغلِّبون جانب التشديد في المراقبة على النفس وعلى الآخرين فيتعبون أنفسهم وغيرهم بتضخيم الأخطاء والسلبيات .

* ومنهم من يضخم إيجابياته هو وسلبيات غيره فهو معجب بنفسه محب لها بإفراط منتقص لغيره مبالغ في تضخيم هفواتهم وعيوبهم . . . وهذا يكثر في أهل العجب والكبر والشك والريبة(٢) .

---

(١) الإحباط هنا قد يكون سببًا أو نتيجة لهذا الخلل في التصور والتفكير .

(٢) انظر الشخصية النرجسية ص ٢٣٧ ، والشخصية المرتابة ص١٨٢ .

وأي نوع من هذه الأنواع كان في الشخص فإنه يؤثر عليه سلبًا في كثير من الأمور:

- داخل نطاق الأسرة (مع الزوجة/ الزوج، ومع الأولاد، والإخوة والأخوات والوالدين. . .).
- في المحيط الاجتماعي (مع الأقارب والأصهار . . .).
- في التعليم (المعلم مع الطلبة، والمشرف مع المعلمين . . . .).
- في التقويم الوظيفي (تقويم الأداء الوظيفي في نهاية السنة . . .).
- في الأعمال التجارية.
- وغير ذلك.

١٦ـ المبالغة في التصغير.

قد يكون التصغير للتقليل أو التحقير أو التهوين هذا فيما يتعلق بالتصورات والأفكار[١] وينطبق عليه ما مرّ ذكره في «المبالغة في التضخيم» فهو أيضًا أنواع عدة تختلف باختلاف الأشخاص وطباعهم:

* فمنهم من يصغر إيجابياته ويحتقرها ويصغر سلبيات غيره ويقللها ويعظم غيره.

* ومنهم من يصغر إيجابياته وإيجابيات غيره ويحقر نفسه وغيره.

* ومنهم من يصغر سلبياته وسلبيات غيره ويهون شأنها.

* ومنهم من يصغر إيجابيات غيره (مع تضخيم السلبيات) فيحقر غيره.

ومن الناس من يبالغ في تصغير المشكلات الكبيرة والمعضلات العويصة ومنهم من يبالغ في تصغير ذنوبه وعيوبه وأخطائه ولو كانت كالجبال الشاهقة.

ويترتب على كل ما سبق تبعات سلبية في التفكير والتصرفات والمشاعر والعلاقات الاجتماعية والانجاز الفردي والجماعي وغير ذلك.

---

(١) أما التصغير في اللغة (تصغير الأسماء)فله عدة أغراض أخرى معروفة في كتب اللغة.

١٧ ـ المبالغة في التعميم (إثباتًا أو نفيًا).

يميل بعض الناس إلىٰ المبالغة في استعمال عبارات التعميم (كلّ، جميع، لا أحد . . .) ويبنون عليها تصورات وأفكار غير دقيقة وقد يترتب علىٰ ذلك بعض التصرفات والإجراءات التي تولد نتائج سلبية.

كثير من الرجال يحتقرون النساء ويعممون سلبيات عدد قليل منهن علىٰ جميع النساء تجد أحدهم يقول: «كل النساء مسرفات» وهو لم ير الإسراف إلا في أخواته أو زوجته أو بناته فيتصور أن هؤلاء يمثلن نساء العالمين فما فيهن من عيب فهو في كل امرأة سواهن.

وآخر يقول: «كل السائقين الهنود لا يصلحون لقيادة السيارة» وهو لم يجرب سوىٰ سائق أو اثنين.

ومن أمثلة التعميم في النفي قول بعضهم: «لا يوجد اليوم علماء فقهاء فعلاً. . .».

وللتعميم صور وأشكال متنوعة:

- تعميم السلبيات من خلال سلبية واحدة أو اثنتين.
- تعميم الإيجابيات من خلال إيجابية واحدة أو اثنتين.
- التعميم علىٰ الجماعة من خلال بعض أفرادها.

(مثل: طلاب كلية التربية مهملون).

ومما تقرره الأبحاث والدراسات العلمية الميدانية في مجال الإحصاء والدراسات الإنسانية (كعلم النفس والاجتماع والتربية) أن الأحكام التعميمية يكثر فيها الخطأ، ولكي نصل إلىٰ استنتاجات تتعلق بمجموعة كبيرة من الناس أو

الأشياء لابد من بعض الضوابط المهمة مثل:

كون العينة (أشخاص ـ أشياء ـ مواقف . . .) تمثل مجتمع الدراسة تمثيلاً جيدًا من حيث النوع والعدد فإذا أردنا مثلاً إصدار انطباع عن الخادمات الأندونيسيات العاملات في السعودية فلابد من دراسة عينة كافية منهن من حيث العدد والتنوع (خادمات يعملن لدى أسر غنية وأسر متوسطة الدخل. . .) بخلاف ما لو قام شخص بجمع بضع حالات (في أسرته ومعارفه) وأصدر انطباعه على تلك العينة القاصرة وعممه بقوله: «كل الخادمات الأندونيسيات فاسدات أخلاقيًا».

وأكثر من يقع في التعميم كبار السن والنساء والمتعجلين في تكوين الانطباعات والاعتماد على بادئ الرأي ومن يغلب عليهم التفكير الحدّي وضيق الأفق.

١٨ ـ التفكير الحدّي (طرفي النقيض):

هو نمط من التفكير يمر به الطفل في مراحل نموه النفسي والعقلي ويتمثل في قاعدة: «كل شيء أو لا شيء» فهو يتصور الأشخاص والأشياء والمواقف على إحدىٰ حالتين فقط ولا وسط بينهما إما الصواب التام (والقبول، وكل ما هو حسن وإيجابي) أو الخطأ التام (والرفض، وكل ما هو سلبي وسيئ) فكل من ليس بكامل الصواب فهو كامل الخطأ وكل ما ليس بأبيض ناصع البياض فهو أسود فاحم السواد وكل من ليس بصديق حميم فهو عدو لدود وكل من لا يفهم تمام الفهم فهو غبي أحمق وكل من لا يحسن صنعته ويحذقها تمام الحذق فهو جاهل أخرق وكل من ليس معي فهو ضدي وكل من ليس يعارضني فهو يؤيدني تمام التأييد . . . . وهكذا.

ونحن أناس لا توسط عندنا　　　لنا الصدر دون العالمين أو القبر

وهذا النمط من التفكير يتخطاه الطفل غالبًا بمرور العمر وبنموه ونضجه العقلي والنفسي والاجتماعي ويبدأ يدرك بالتدريج الفروقات الواسعة الشاسعة بين الطرفين النقيضين وتتسع دائرة أفقه وتتنوع ألوان شاشة تصوره وتفكيره ويستوعب ما بين الأبيض والأسود من ألوان متنوعة ومتفاوتة في شدتها وصفائها.

ولكن قد يتعطل نمو التفكير عند بعض الأشخاص فلا يتخطىٰ الواحد منهم مرحلة التفكير الحدي هذه فيكبر جسمه ويزداد عمره وهو مستمر في هذا النمط من التفكير فيُتعب نفسه وغيره معه[1].

---

(١) بعض الآباء (مع أولادهم) والمعلمين (مع تلاميذهم) والمديرين (مع موظفيهم) وغيرهم ليس لديهم سوىٰ طرفي النقيض يقيسون بهما من تحت أيديهم إما ممتاز أو فاشل تمامًا.

ومن ذلك ما يمر به كثير من الشباب والفتيات الذين يصارعون شهواتهم فتغلبهم أحيانًا ويقعون في بعض المعاصي فيجد الشخص نفسه أنه ليس بكاملٍ في استقامته فينتقل به التفكير الحدّي إلىٰ النقيض تمامًا ويتوهم أنه منغمس في الخطأ ولا مفر له عنه . . .

قال الله تعالىٰ عن اليهود والنصارىٰ: ﴿وَقَالَتِ الْيَهُودُ لَيْسَتِ النَّصَارَىٰ عَلَىٰ شَيْءٍ وَقَالَتِ النَّصَارَىٰ لَيْسَتِ الْيَهُودُ عَلَىٰ شَيْءٍ وَهُمْ يَتْلُونَ الْكِتَابَ كَذَلِكَ قَالَ الَّذِينَ لا يَعْلَمُونَ مِثْلَ قَوْلِهِمْ...﴾ [البقرة: ١١٣]. فكل من اليهود والنصارىٰ يقابل الطرف الآخر بالتضليل التام ويرىٰ أنه هو علىٰ الصواب التام.

١٩ ـ نجاح غيري يعني فشلي:

يكثر هذا النمط من أنماط التفكير الخاطئ بين المتنافسين ولا سيما عند أولئك الذين لديهم شعور بالنقص والدونية تجاه الأقران والأنداد أيًا كان ذلك؛ في الدراسة أو الوظيفة أو التجارة أو غير ذلك[١].

وأكثر ما يولّد هذا الخلل في التفكير الربطُ المجحف والمقارنة الخاطئة التي يمارسها كثير من الأباء والأمهات مع أولادهم (بنين وبنات) عند حفز هممهم فيُرونهم نجاح الغير في مقابل فشلهم، فالأب مثلاً يقول لابنه الطالب في المرحلة الثانوية: «ابن خالتك معدله في الفصل الأول ٩٧٪ وأنت ما حصلت إلا على ٨٥٪». فهذا الأب وإن كان قصده حفز همة ابنه وحثه على بذل المزيد إلا إنه يبْذر في أعماق ابنه بذور الشعور بالنقص والدونية مقابل الأقران وهذا يؤدي إلى نشوء ارتباط ذهني لا شعوري بين نجاح الآخرين وتفوقهم وبين فشله وإخفاقه، فإذا تكررت هذه المقارنات وأمثالها بهذه الطريقة الخاطئة وجاءت من أكثر من مصدر (الأب ـ الأم ـ المعلمين . . .) وفي أكثر من موقف ترسخ في ذهن الشخص هذا النمط الخاطيء من أنماط التفكير فيظل يربط خطأً بين نجاح غيره وفشله وكأنه يخاطب نفسه بقوله: «كل نجاح يحققه من حولي ويستحق الثناء عليه يعني فشلي في بلوغ هذا النجاح أو مثله ويعني نقصي في أعين الناس . . . .» وهذا التصور قد ينبني عليه تأثيرات متنوعة في المشاعر والتصرفات منها:

* أن الشخص قد يستسلم للإحباط ويشعر بالدونية وتفوق الأقران ويزداد شعورًا بالفشل كلما ازداد أقرانه نجاحًا وربما ترتب على هذا عداوات وبغضاء

---

(١) حتى في الأمور التربوية والتعليم وأحيانًا في الأمور الدعوية وفي أمور العبادة.

وشحناء حتى بين الإخوة والأخوات[1] والأصدقاء.

* قد يندفع الشخص في حياته لإقناع نفسه والآخرين من حوله أنه ناجح متفوق في المجال الذي نجح فيه أنداده وتفوقوا وقد يترتب على هذا ملاحقة أنداده في نجاحاتهم والانهماك في مطاردتهم للحاق بهم أو عرقلتهم أو سرقة أفكارهم أو جهودهم أو نحو ذلك.

* وقد يترتب على ذلك تصور خاطئ وهو: **«فشل غيري في أمرٍ ما يعني نقصه عني وتفوقي عليه ونجاحي في ذلك الأمر»** فيظل الشخص يرقب فشل غيره ليقتات منه بعض النجاح.

(١) بعض الأمهات تولّد بين بناتها تنافراً وشحناء من خلال المقارنة المجحفة بين تفوق إحداهن في أمرٍ وإخفاق غيرها فيه كقول إحداهن «لو هي جوهرة اللي طابخة اليوم ما صار الرز مالح يا نوال».

٢٠ـ توهم المنافاة[١] فيما لا منافاة فيه.

قالت هدى لزميلتها: «أنت متناقضة[٢] يا فوزية، تقولين: أسواق العثيم مول أفضل[٣] أسواق في شرق الرياض، وقلت قبل أسبوعين: أسواق المجد أفضل من أي سوق» فقالت فوزية: «يا هدى لا تقولين متناقضة، رأيي قبل أسبوعين كان قبل ما أعرف أسواق العثيم مول»،

ما أكثر ما نصادف أشخاصًا يتعجلون في استنتاج المنافاة بين الأقوال والأفعال التي تصدر عنا أوعن غيرنا ويغفلون عن ضوابط المنافاة (جهلاً أو عمدًا، تكبرًا أو مكرًا) ومن الناس من لا يفرق بين اختلاف التنوع واختلاف التضاد فيظن أن اختلاف التنوع اختلاف تضاد يقتضي المنافاة.

إن الحكم على منافاة أمر لأمر (أو ما يسميه البعض بتناقض الأقوال أو الأفعال . . .) له ضوابط وشروط هي:

١ ـ اتحاد المصدر (في المثال أعلاه فوزية هي المصدر لكلا القولين).

---

(١) **المنافاة:** استحالة اجتماع الأمرين في محل واحد في وقت واحد كالعمى والبصر (تقابل العدم والملكة)، والفوق والتحت (تقابل المتضايفين) والسواد والبياض (تقابل الضدين) والضلال والهدى (تقابل النقيضين). انظر: آداب البحث والمناظرة ـ الشنقيطي والمنتقى من فرائد الفوائد ـ ابن عثيمين.

(٢) **التناقض** ـ عند أهل المنطق ـ: تقابل أمرين يستحيل اجتماعهما معًا وارتفاعهما معًا فلابد من وجود أحدهما وعدم الآخر مثل: الحركة والسكون فالجسم إما متحرك أو ساكن ـ في لحظة معينة ـ وعند العامة يستخدم لفظ التناقض للدلالة على المنافاة بأي صورة كانت من الصور السابقة المذكورة أعلاه.

(٣) التفضيل هنا افتراضي ولا يترتب عليه التحيز لسوق دون سوق، وهذا المثال بهذه الصورة من واقع حياتنا.

٢ ـ اتحاد الوقت (كلما زاد الفارق الزمني بين القولين أو الفعلين زاد احتمال تغير رأي الشخص والتأثر بمعلومات جديدة كما حصل لفوزية).

٣ ـ اتحاد الموضوع فلو قالت فوزية (نفسها) في ذلك الوقت نفسه (وقت تفضيل أسواق العثيم مول): «أسواق المجد أفضل أسواق في بيع الذهب» فلا يكون بين القولين منافاة لأن الموضوع اختلف بعض الشيء بعد تخصيصها أسواق الذهب دون غيرها.

٤ ـ انتفاء إمكانية الجمع بين القولين. وطرق الجمع بين الأقوال مبحث واسع رحب[1]، وكم تصورنا من أقوال وأفعال نظنها متنافية فإذا هي ليست كذلك.

وكم من عائب قولا صحيحًا ... وآفته من الفهم السقيمِ

* * *

(١) وهذا المبحث يذكره علماء أصول الفقه وعلماء الحديث في أبواب الترجيح والتعارض والنسخ مما يتعلق بنصوص الشرع.

٢١ـ جعل عدم العلم بالأمر علمًا بعدمه

* سأل محمد صاحبه سليمان عن زميلهما أحمد هل سافر أم لا؟

فأجاب سليمان: «لا ما سافر موجود، موجود، أكيد ما سافر». فسأله محمد: «كيف عرفت أنه ما سافر؟» فرد سليمان: «ما علمت إنه ناوي يسافر». فقال محمد: «أنت ما علمت، لكن هو ناوي يسافر فعلاً، بعدين يا سليمان إذا كنت ما تدري إنه ناوي يسافر لا تقول أدري إنه ما سافر».

* جاء صالح يسأل إمام المسجد عن شاب في حيّهم (تقدم لخطبة أخته) عن مدى حرصه على الصلاة خصوصًا صلاة الفجر.

فقال الإمام[1]: «الشاب ما يصلي الفجر أبدًا وأما باقي الصلوات فنادرًا ما يصليها، يمكن إذا كان عندهم ضيوف يجيء يصلي معهم . . .» وبعد التساؤلات المكثفة وحسن التحري علم صالح أن إمام المسجد غير مصيب[2] فالشاب محافظ على الصلاة ولكن في المسجد الآخر في الحي.

كثير من الناس لا يميز بين عدم علمه هو بالأمر وبين عدم ذلك الأمر، وكأنه يجعل نفسه مركزًا جامعًا لكل ما يُعلم فما فاته علمه فهو معدوم، ولا موجود إلاّ ما يعلمه هو.

---

(١) هذا المثال الافتراضي لا يراد به الحط من شأن إمام المسجد ودوره وإنما المراد تأكيد أهمية الدقة فيما يصدر عنه من أحكام وانطباعات عن الآخرين ولا سيما في دينهم وأخلاقهم لأن إمام المسجد في الغالب شخصية يُستمع لها في التزكية والجرح.

(٢) كان الأجدر بالإمام أن يقول نحو: «لا أرى هذا الشاب في هذا المسجد إلا نادرًا وقد يكون يصلي في مكان آخر».

فقل لمن يدعي في العلم فلسفـــة حفظت شيئًا وغابت عنك أشياء

تكلم شاب يومًا عند الشعبي، فقال الشعبي: ما سمعنا بهذا. فقال الشاب: كل العلم سمعت؟ قال: لا. قال: فشطره؟ قال: لا، قال: فاجعل هذا في الشطر الذي لم تسمعه، فأفحم الشعبي.

قد يكون السبب وراء هذا الخلل في التفكير والاستنتاج ضعف الإدراك أو الغفلة أو الأنفة من إظهار عدم المعرفة بأمرٍ ما والتخلص من الحرج.

٢٢ـ التعامي عن المشكلة كفيل بحلها[١]:

لاحظت الأم أن ابنتها المراهقة بدأت الاتصال بالهاتف وصارت تغلق على نفسها باب المجلس لمدة طويلة (في خلوة مع الهاتف)، لم تهتم الأم بذلك كثيراً وكانت تقول في نفسها: «أمل[٢] تكلم صديقاتها في المدرسة أو بنات خالاتها».

وبعد فترة كثرت الاتصالات الواردة إلى هاتفهم والتي تحرص أمل على استقبالها قبل أن تُسبق إلى ذلك فإن التقطت أمل السماعة استمرت المكالمة لمدة طويلة وإن التقط أحد غير أمل سماعة الهاتف فسرعان ما تنقطع المكالمة (لم يرد أحد أو أن المتصل مخطيء في الرقم....). عندئذ بدأت الأم تشك بعض الشك اليسير في مكالمات أمل ولكنها لم تتخذ أي إجراء للتأكد من ذلك وقالت في نفسها: «أنا أعرف بنتي زين، بنتي عاقلة ...».

استمر هذا الوضع في تزايد لمدة سنتين بعد ذلك (بعد تخرج أمل من الثانوية وبدء دراستها في الجامعة) احتاجت أمل إلى هاتف جوال (نقال) كي تنسق مع أهلها أوقات العودة من الجامعة. تمادت أمل في ذلك الطريق الذي اعتادت عليه واطمأنت إليه وأمنت مخاوفه، واستغلت وجود الهاتف النقال معها وثقة أهلها فانساقت وراء عاطفة الحب المضلّ واشتاقت إلى الانفراد بمحبوبها ذي الكلام المعسول ..... إلى آخر النهاية المعروفة. علمت الأم بعد إنهيار أمل نفسيًا ولكن استمر أسلوب التعامي عن المشكلة (تعامي الأم عن خطأ أمل وتعامي أمل نفسها عن علتها وخطئها)[٣].

---

(١) عن كتاب «Do not believe it for a moment» لازاروس ورفاقه.

(٢) الاسم ليس مقصوداً لذاته وإنما للتقريب وكم في العيادات النفسية من حالات مشابهة لهذه.

(٣) في مقابل التعامي عن مثل هذه المشكلة يلجأ البعض أحيانًا إلى الانفعال والغضب والتهديد بالسلاح أو الضرب ونحو ذلك مما يكون له نتائج عكسية، فكلا طرفي قصد الأمور ذميم.

إن من الحِكم التي تعلمناها صغاراً (وكثيراً ما نغفل عنها) أن **الوقاية خير من العلاج**، وأن إدراك المشكلات قبل تفاقمها أيسر من معالجتها بعد استفحالها .

كثير من الناس يميل إلى التعامي عن بعض المشكلات (ولا سيما الأخلاقية) ويرى أن التعامي أسلم من التدخل ومواجهة المشكلة، وقد يكون الدافع لذلك هو الخجل أو الخوف من الخوض في مخاضة المشكلة .

وقد يترتب على تفاقم المشكلة واستمرارها بمرور الوقت تبعات كثيرة كبيرة (مالية أو اجتماعية أو أخلاقية . . .) مما يجعل الشخص يميل إلى الاستمرار في التعامي عن المشكلة لكبر حجمها (فهو يُغفل خطر كرة الثلج المنحدرة نحوه من أعلى جبل الجليد رغم تزايد حجمها وتعاظم خطرها) أو الحريق الذي في ناحية من نواحي الدار يزداد اضطرامًا. . .

٢٣ـ الانتقاد طريقة صحيحة وكافية لإصلاح أخطاء الآخرين[1]:

لم تمكث معه زوجته بضعة أشهر حتى شعرت بالضجر الشديد من كثرة انتقاداته اللاذعة الشديدة والتي كأنها سياط حامية فهربت إلى بيت أهلها ثم طلبت الطلاق واستراحت منه. وفي متجره لم يستطيع عدد من الموظفين تحمّل حدّته في الانتقاد فتركوا العمل عنده، وأما زملاؤه فهم محدودون جداً (يُعدّون على الأصابع) ويشتكون منه كثرة الانتقادات وحدّتها وشدتها، إنه مقتنع تماماً بأن الانتقاد هو السبيل لإصلاح الأخطاء.

للانتقاد أكثر من صورة وطريقة وقد يكون هادفًا بنّاءً نافعًا في توضيح الأخطاء وبيانها لمن أراد أن يصحح خطأه ويطور نفسه.

يخطيء بعض الناس في اتخاذ الانتقادات وسيلة لتصحيح أخطاء الآخرين والاكتفاء بذكر العيوب والسلبيات وتعدادها وتعنيف الشخص عليها مما يولد (في الغالب) عدداً من المشكلات والتي أهمها:

١ ـ إضعاف المعنويات وجلب الإحباط.

٢ ـ إثارة الاستياء والامتعاض في النفوس.

٣ ـ نشوب الخلافات والخصومات بين الأفراد.

٤ ـ إضعاف الاهتمام بالحلول العملية للمشكلات والانهماك في المجادلات والخلافات الجانبية.

(١) الفكرة عن كتاب «Do not believe it for a moment» لازاروس ورفاقه.

٢٤ـ الاكتفاء بالتفكير النظري في حل المشكلات العملية.

التفكير النظري يبحث في الحقائق النظرية ويبرهن عليها مثل كثير من مسائل الرياضيات والتي لا علاقة لها بالواقع وهذا لا يكفي في حل المشكلات العملية المرتبطة بالواقع. إن الاعتقاد بأن الإنسان قادر على استنباط شيء ما عن الحقائق أو الوقائع بالنظر العقلي وحده وهمٌ من أقدم الأوهام في التفكير البشري وهذا لا يعني إغفال دور التفكير النظري في تحليل الأمور الواقعية (دراسة الاحتمالات الممكن وقوعها، والاقتراحات ونحو ذلك)[١].

مثـــال:

تدنت دخول المبيعات في إحدى الشركات التجارية فأخذ مجلس الإدارة يناقش المشكلة وإذا باتجاه التفكير ينحصر في الإطار النظري للمشكلة ـ بعيداً عن واقع الشركة وظروفها ـ فأخذ رئيس مجلس الإدارة يستعرض معلوماته النظرية التي درسها في إحدى الجامعات الغربية عن أسباب تدني دخول المبيعات في الشركات عمومًا وأسهب في ذلك ثم أيده أحد الأعضاء على ما ذكره من أسباب واستشهد لذلك ببعض المعادلات الرياضية في المجال الاقتصادي ثم عقّب عضو آخر وجاء بكلام طويل عريض فيه جعجعة دون طحين وينحصر كله في ذلك الإطار النظري للمشكلة، فقارب وقت الاجتماع على الانتهاء دون أن يتلمس هؤلاء المسئولون أسباب مشكلتهم وتدني مبيعات شركتهم.

(١) عن مجلة المعرفة عدد ٤١ شعبان ١٤١٩. د. أحمد الأميري. باختصار وتصرف.

٢٥ ـ الزمن وحده كفيل بحل المشكلات.

مرّ سابقًا[1] أن كثيراً من الناس يتعامى عن المشكلات ويظن أن التعامي قد يسهم في حل المشكلة بشكل أو بآخر، وقريب من ذلك ما يتصوره ويمارسه كثير من الناس عندما يكلون المشكلة إلى الزمن فيظنون أن مضي الوقت وتقادم العهد كفيل بإنهاء المشكلة وهذا التصور قد يصدق في بعض الأمور ولكنه لا يصح أن يكون قاعدة ومنطلقًا فكريًا يتحكم في السلوك الشخصي.

أمثلة:

١ ـ اختلف أحمد مع أحد أقاربه في مناسبة عائلية وارتفعت أصواتهما بالسب والشتم المتبادل فانصرف أحمد قبل تناول العشاء وهجر الأقارب كلهم مدة ثلاث سنين ولم يكن خلال هذه المدة أية محاولات إصلاحية (لا من أحمد ولا من قريبه ولا غيرهما من أفراد العائلة) وقد ظن أحمد وكثير من أقاربه أن القلوب عادت إلى ما كانت عليه من الألفة وأن الخلاف انتهى بمرور الزمن، وفي مناسبة زواج اجتمع الاثنان واختلفا اختلافًا كبيراً وكادت أيديهما أن تشتبك . . .

قد ينبت المرعى على دمن الثرى وتبقى حزازات النفوس كما هيا

٢ ـ في عام ١٤١٤هـ طلب أحد أصحاب المحلات التجارية من أحد المصانع تزويده ببضاعة على أن يسدد المبلغ خلال سنة واستلم البضاعة ولم يسدد المبلغ في حينه ولم يطالبه صاحب المصنع وقتئذ وإنما أعطاه مهلة استمرت ست سنوات إلى عام ١٤٢٠هـ عندها أرسل صاحب المصنع مندوبه إلى صاحب المحل

---

(١) انظر الخطأ ٢٢ ص ١٦٨.

التجاري يطلب منه المال المستحق عليه ويريه الفواتير المتعلقة بذلك فما كان من صاحب المحل إلاّ أن حاول التملص من ذلك واستخدم في ذلك عدة أساليب منها أن هذا الموضوع قديم ولو كان لصاحب المصنع حق فعلاً لما تركه هذه المدة الطويلة[١].

(١) من المعلوم شرعًا وعقلاً أن الحقوق لا تسقط بالتقادم الزمني وإنما تسقط بالأداء (يؤدي ما عليه لصاحب الحق) أو الإبراء (أن يعفيه صاحب الحق).

٢٦ ـ من الذكاء استغلال الآخرين والظروف لتحقيق مكاسب شخصية.

يقولون في أمثال العامة في نجد: «**كلٍ يحوش النار لقريصه**» ـ أي: كل حريص على مصلحته، ولا يلام الإنسان على حرصه على مصالحه الشخصية واستعمال ذكائه وطاقاته الذهنية والبدنية في تحقيق مآربه ما لم يكن في ذلك انتهاك لحقوق الله أو حقوق عباده.

يرى بعض الأنانيين الأذكياء الماكرين المحتالين أن من الدهاء استثمار الذكاء في الحصول على المكاسب الشخصية والمصالح الذاتية (مال ـ جاه ـ شهوات) باستغلال الآخرين والظروف ومن ذلك:

* توظيف جهود الآخرين وطاقاتهم في خدمته.
* الاحتيال على الناس والحصول على حقوقهم.
* التلاعب بالأفكار والمشاعر لتأييده.

ويغفل هؤلاء عن الجانب الأخروي (الديني) والأخلاقي والاجتماعي وقد يعدّون الالتفات إلى هذه الجوانب من الغباء والسذاجة وضعف العقل. وهذا يدل على قصر نظر هؤلاء المحتالين وضيق أفقهم وإن زعموا أنهم أذكياء من كل وجه.

أمثلـــة:

١ـ أنشأ خالد مؤسسة تجارية ذات أغراض متعددة وحصل على سجلات رسمية ولكنه لاحظ أن التقيد بالأنظمة الرسمية وبالتعاليم الدينية والمبادئ الخلقية يعوقه عن تحقيق مصالحه الشخصية، ولأن ضميره ضعيف وعقله قوي[1] فقد

---

(١) قوي في التفكير في المكاسب الدنيوية، انظر الشخصية المحتالة ص ٢٨٤ .

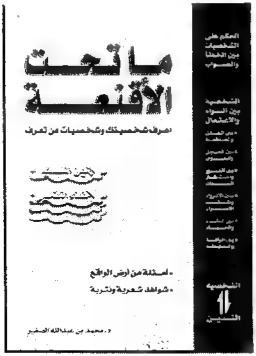
وجد عدداً من الحيل وأساليب التجاوز والتلاعب بالأنظمة واستغلال الآخرين، فمن ذلك أنه يأخذ بضاعة متنوعة من عدة موردين بشرط أن يكون البيع على التصريف ثم بعد أن يبيع البضاعة ويربح فيها يتصل بالمورد ويعيب بضاعته ويذكر أنها كاسدة وأنه سوف يعيدها إلا إذا خفض المورد له سعرها أو أعطاه كمية مجانية أو نحو ذلك من الامتيازات فيستجيب له المورّد فيزداد ربحه.

٢ـ تزوجها وكانت أكبر منه سنّا وأقل من غيرها جمالاً لكنها معلمة لها دخل جيد فأوهمها وأهلها أنه لا يريد إلاّ الظفر بذات الدين ففرحت به وأعطته كل ما تملك من حب ومال حتىٰ إنها كانت تسلمه راتبها كاملاً وهي مسرورة بذلك. ولم تمض سوىٰ خمس سنوات بعد الزواج حتىٰ جمع من مالها ما استطاع به أن يتزوج عليها وأن يكوّن له رأس مال يتاجر به ويملكه دونها وكلما سألته أعطاها من طرف اللسان حلاوة وراغ منها كما يروغ الثعلب.

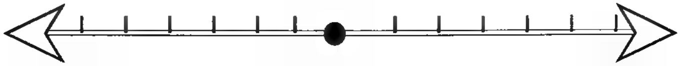
الباب الرابع

أهم علل الشخصية

* المرتابة
* الساذجة
* القاسية
* العطوفة
* المتسلطة
* المستسلمة
* الهستيرية
* المتجنبة
* النرجسية
* المنطوية
* المحتالة
* الموسوسة
* المضادة للمجتمع
* الاعتمادية



الشخصيـــة



بين

ســـوء الظــن	و	السذاجــة
* المبالغة في الريبة وسوء الظن في الناس عمومًا.		* الثقة الزائدة بالناس عمومًا والاطمئنان إليهم والغفلة عن مكر بعضهم وحيلهم.
* المبالغة في الحذر والتوجس من الناس وقلة الإفصاح عما في نفسه حتىٰ في الأمور الاعتيادية.		* المبالغة في صراحته والافصاح عما في نفسه حتىٰ في بعض أموره الخاصة.
* الحساسية من انتقادات الآخرين وكأنها تعني الكره والبغض.		* تقبل انتقادات الآخرين له والاستسلام لها دون تمحيص وإن كانت خاطئة.
* العناد والتحدي والمراء والجدل.		* الانقياد والتبعية للآخرين.
* الحقد والضغينة المبالغ فيهما.		* التسامح والعفو المبالغ فيهما ومحبة الجميع رغم استغلال بعضهم له.

أمثلة متكررة لسوء الظن:

١ ـ تزوج سليمان امرأة ذات نسب وجمال وظن أنه سيكون في قمة السعادة بعد اقترانه بها، ولم يمر سوى بضعة أسابيع على الزواج حتى بدأ سليمان يلحظ بعض الإزعاجات من زوجته؛ فإذا تأخر خارج البيت ألحّت عليه بالأسئلة الدقيقة (أين كنت، لماذا، . . . . . .؟) ثم انتبه إلى غيرتها الشديدة جداً فهي تغار عليه حتى من أمّه وأخواته.

٢ ـ كانت علاقة خالد بأمه ممتازة فهي تحبه كثيراً وتشتاق إلى رؤيته والجلوس معه ولا سيما وقد كانت علاقتها بوالد خالد ليست مستقرة وقد هجرها الزوج إلي بيت آخر (زوجة أخرى) ونادراً ما يأتي إلى بيتها. وبعد أن تزوج خالد تلك الفتاة العاقلة الجميلة واستقل معها في بيت بعيد عن بيت أمه تكدر صفو العلاقة بين خالد وأمه وهو لا يعلم ما السبب فقد كثرت شكاوى الأم من إهمال خالد وهجرانه لها وانشغاله عنها وكثرت آلامها الجسدية وصارت تتصل عليه (على الهاتف النقال) في أوقات غير ملائمة خصوصاً في آخر الأسبوع (في ساعات متأخرة من الليل) اجتهد خالد في البّر بأمه وسعى في علاجها ومعرفة مشكلتها ولكنه عجز أن يرضيها وما هي إلاّ مدة وجيزة حتى أعلنتها الأم صريحة في وجه خالد أنها تكره زوجته ثم أخذت تشتمها بما ليس فيها وتتهم نيتها بالفساد . . . . عند ذلك عادت الذاكرة بخالد إلى الوراء وتذكر خلافات أمه مع أبيه وكيف كانت أمه بذيئة اللسان مع أبيه وأقارب أبيه (جدة خالد وعماته) وكيف كانت تبالغ في ظنها السيء. . . .

٣ ـ أبو محمد مدير فرع إحدى الشركات له نفوذ وقوة ويميل في إدارته إلى الشدة والسيطرة ولا يبالي بمشاعر المرؤوسين ويتجسس عليهم بعدة طرق ويتابع تصرفاتهم ويشك في نياتهم ويتوهم أنهم يخططون للإسقاط به.

٤ ـ علي شخص معروف بين زملائه بالمجادلة والمراء والعناد فهو لا يعترف

بأخطائه وقلّما يحترم الطرف المقابل، كان ذات مرة ذاهبًا مع بعض أصدقائه في رحلة برّية وبينما هم في السيارة يستمتعون بإنشاد أحد الشعراء الشعبيين في شريط كاسيت إذ قال الشاعر:

المجادل لا تطاوله الجـــدال يتعبك لو كان ما عنده دليـــل

لو تحاول تقنعونه بأي حال مستحيل يستمع لك مستحيل

فقال ناصر: «هذا أنت يا علي» أي: (قول الشاعر ينطبق عليك) فثارت ثائرة علي وغضب غضبًا شديدًا وأخذ يقذف سبًا وشتمًا شمل به ناصر وصاحب السيارة والذي اقترح الرحلة والشاعر الذي قال تلك الأبيات وقال للجميع: «أنتم عاملينها علي مؤامرة ها لرحلة، علشان أسمع ها الأبيات لكن والله . . .»

٥ ـ مها معلمة رياضيات قوية الإقناع ومتمكنة في تدريسها وهي رغم شرحها الواضح إلا إنها غير محببة لدىٰ الطالبات لأنها قاسية الأسلوب تكثر من الإهانات والتحقير وتظن أن الكل يكرهها (حتىٰ باقي المعلمات والمديرة والمساعدة. . . .) وكثيراً ما تذكر أنها مظلومة وأن المديرة ضدها والطالبات يتعمدن إزعاجها و . . . . . . إلخ.

٦ ـ أبو أحمد تاجر لديه مؤسسة كبيرة وله عدة نشاطات تجارية، فيه غيرة شديدة وكره للتجار المنافسين، وكثيراً ما يخاصمهم ويرفع عليهم دعاوىٰ كيدية وشكاوىٰ ليست مبنية علىٰ أدلة وأحيانًا ينتصر علىٰ بعضهم بسبب قوة جدله وشدة لدده في الخصومة مما يجعل بعض خصومه يعطونه بعض ما يطلب وإن كانوا يعلمون أنه كاذب.

٧ ـ سامي شاب مراهق يملك سيارة فارهة يحب أن ينافس بها أقرانه ويشعر بالتفوق عليهم وإذا شاهد أحداً من زملائه في سيارة أفضل من سيارته أخذ يغتابه ويتهمه بأنه ما قصد بشرائه تلك السيارة إلا أن يهينه ويأخذ منه الأصدقاء.

الشخص السوي:

إن الشخص السوي متوسط في ظنه في الناس بين طرفين ذميمين هما : سوء الظن (دون قرينة) وبين السذاجة (إحسان الظن المبالغ فيه)، ويعلم الشخص السوي متىٰ يُغلِّب حسن الظن (في أي الظروف ومع أي الأشخاص) ومتىٰ يغلب سوء الظن (إذا توافرت القرائن الداعية لذلك) فهو يتحكم بظنه حسب الظروف والأشخاص ولا يدع سوء الظن يحكمه ولا يميل إلىٰ السذاجة في أوقاته وأحواله كلها.

هناك مواقف يحمد فيها التغافل وإحسان الظن ومواقف ينبغي فيها التحرز والحذر والحيطة بشيء من سوء الظن وهذه المواقف تختلف في نوعها وحدّتها.

من يقظة بالفتى إظهار غفلتـه   مع التحرز من غَدْرٍ ومن ختَلِ

الشخصية المرتابة:

من الناس من فيه علة في شخصيته[١] مدارها حول الإفراط والمبالغة في إساءة الظن والشك في الآخرين واليقظة والحذر منهم وهؤلاء في درجات متفاوتة من حيث شدة العلة فيهم؛ فقد تكون في بعضهم علة خفيفة (سوء ظن يسير) وفي آخرين علة شديدة تكفي لتشخيصهم بأن لديهم اضطرابًا في الشخصية وهو اضطراب الشك والريبة[٢].

---

(١) وهؤلاء غالبًا فيهم ذكاء وقوة تركيز وقدرة علىٰ تأمل ما وراء الظاهر وما خلف الكواليس ولكنهم يُضخمون جانب إساءة الظن والريبة.

(٢) ولهذه الشخصية عدة أسماء منها: الشخصية الزورانية ـ الزورية ـ الاضطهادية (لشعورها بالاضطهاد المتوهم).

أبرز صفات الشخصية المرتابة (الشكاكة ـ سيئة الظن):

(ليس بالضرورة أن تجتمع هذه الصفات كلها في الشخص[١]) .

١ ـ **تغليب سوء الظن** في معظم الأوقات ومع معظم الأشخاص (في أقوالهم وأفعالهم) دون أن يكون لذلك ما يدعمه من الواقع وإنما بسبب علة في الشخص نفسه وقد يزيد سوء الظن إذا كان هناك ما يثيره ولو بدرجة يسيره .

٢ ـ **المبالغة في الحذر** والترقب والتوجس والحيطة من الناس مع عدم الثقة فيهم وتوقع الإهانة منهم أو الغدر أو الخيانة أو الأذىٰ أو نحو ذلك .

يقول أحدهم :

لا تنخدع لصديق يدّعـي ملقًا — بل حاذر الناس واصحبهم على دَخَلِ

لا تأمنن أحدًا واحذر مكائدهم — وظن شرًا وكن منهم علــى وجَـلِ

٣ ـ **المبالغة في التأثر بانتقادات** الآخرين[٢] وتضخيمها وتحميلها ما لا تحتمل مع المعاني السيئة مع المسارعة في الرد عليها والدفاع عن النفس بقوة وإصرار قولاً أو فعلاً وإن لم يستطع الدفاع كتم الحقد في نفسه ولا يحاول تناسيه وإنما يحتفظ به إلىٰ الظرف المناسب (مهما كان الانتقاد يسيراً أو تافهًا) .

٤ ـ **إسقاط أخطائه وهفواته على غيره**[٣] والتملص منها علىٰ طريقة «رمتني بدائها وانسلت» ولا يقبل أن تنسب إليه تلك الأخطاء[٤] .

---

(١) وهكذا الأمر مع باقي اضطرابات الشخصية الآتي ذكرها فليس بالضرورة اجتماع الصفات المذكورة كلها .

(٢) وقد يتصور أنه هو المقصود ببعض الانتقادات التي تدور حوله وإن لم يكن هو المقصود بها .

(٣) انظر الاسقاط النفسي ص ٨١ .

(٤) كما قال أحد الشعراء الشعبيين :

ما ينتبه لو تنبهونه بغلطاته — متعود قولةٍ ما هيب غلطاتي

٥ ـ **الإكثار من الجدل والمراء** والخصومة والتحدي والعناد مع الاعتداد بالرأي مما يجعل التفاهم معه أو إقناعه ببعض الأمور (من خلال الحوار والنقاش ولو كان حواراً هادئاً) أمراً صعباً ولا سيما إذا كان الحوار علناً أمام الآخرين وكان هو ذا مكانة (منصب أو جاه أو مال . . .) والمحاور أقل منه مكانة، وقد يصمد بعناده وإن كانت الأدلة ضده والواقع يدينه، كما يقال: «**رأسه ناشف**».

٦ ـ **المبالغة في تصور العداء والتنافس** والتحدي وكأنه يرى العالم غابة يأكل القوي فيها الضعيف، ومن لا يظلم غيره فيها يظلم.

٧ ـ **السعي إلى الزعامة والسيادة** والسيطرة والقيادة والنفوذ والتمكن من تدبير الأمور والإمساك بزمامها مع الأنفة والاستنكاف أن يكون مرؤوساً لأنداده وأقرانه.

٨ ـ **السعي إلى إثبات ذاته ووجوده أمام الآخرين** (بالقول والفعل) مع شيء من التحدي والعناد والاعتداد بالرأي والنزعة إلى الاستقلالية التامة.

٩ ـ **عدم الاعتراف بالجهل** أو ضعف الخبرة أو قلة الاطلاع أو أي نقص فيه، مع الأنفة من اتباع آراء الآخرين والإذعان لهم وإن كانوا أعلم وأعرف وأكثر قدرة وخبرة واطلاعاً منه، فهو يتصور أن ذلك من الذلة والتبعية والخضوع والمهانة ولذا فقد تدفعه الأنفة إلى كسب المزيد من المعرفة والعلم والاطلاع.

١٠ـ **المبالغة في التعرف على ما في نفوس** الآخرين وما قد يخفونه عنه من الأمور المهمة وقد يتطفل على خصوصياتهم ويتجسس عليهم أو يحتال عليهم ليعرف ما عندهم وفي المقابل يميل هو إلى السرية والتكتم بدرجة مبالغ فيها ويتوهم أن المعلومات التي يخفيها قد تُستخدم ضده يوماً ما.

إذا ساء فعل المرء ساءت ظنونه وصدّق ما كان يعتاده من توهّم

١١ ـ **الحرص على جمع الإدانات**[١] (من أقوال وأفعال ومستندات . . .) التي تنفعه ضد خصومه وقد يحتفظ بها مدة طويلة ويبالغ في الاستناد إليها والاستشهاد بها وتكثيرها .

١٢ ـ **الحرص على معرفة الأنظمة** والقوانين والقرارات وكل ما يمكن أن يخدم أهدافه في خصوماته (ليدافع عن نفسه أو ليهاجم غيره)[٢] .

١٣ ـ **المبالغة في الصرامة والشدة** مع الآخرين مع ضعف مشاعر الحنان والمودة والحب والرحمة ، وتغليب العقل على العاطفة في معظم الأمور[٣] .

وإن هو أبدى المودة والرضا ... فكم من حقود غُيِّبت في السرائر

١٤ ـ **نادرًا ما يميل للمزاح** أو يرضى به في حقه ، وغالبًا ما يبحث فيه عن معنى خفي قد يكون الممازح أراد به إهانته ، كما إنه هو إذا مازح فإنه يستثمر المزاح في إهانة وانتقاد غيره ومماراتهم ونحو ذلك .

١٥ ـ **القدرة على الإصغاء** بقوة وتركيز مع البحث عن معنى خفي في نفس المتحدث والمبالغة في تصور التآمر ضده والتحامل عليه ، (وهذا ما يعبر عنه بعض الكتاب بنظرية المؤامرة) .

---

(١) في بعض الحالات تدعو الظروف الشخص السوي إلى مثل هذا التصرف ولكن المرتاب مولع بالإكثار من ذلك حتى في غير موضعه .

(٢) بخلاف الشخصية المحتالة التي تسعى إلى معرفة الأنظمة لاختراقها والتلاعب بها لمصالح وملذات شخصية . انظر ص ٢٨٤ .

(٣) ولذا فتحليلاته العقلية تكون في بعض الأمور جيدة وقوية لأنها بعيدة عن العاطفة وفيها حيطة وحذر ، وعمق نظر .

من المشكلات التي تواجه صاحب الشخصية المرتابة:

١ ـ الخلافات الأسرية (مع الإخوة والأخوات والوالدين ومع شريك الحياة . . .).

٢ ـ القلق والتوتر النفسي بسبب الإفراط في الحذر واليقظة والتأهب للمستقبل وما تحتاجه مواجهة الآخرين.

٣ ـ الكآبة والإحباط ولا سيما إذا واجهت رياحه إعصاراً أقوى منها.

٤ ـ كثرة الخلافات مع الناس في المجتمع (في المدرسة إن كان طالبًا، أو مع الأقارب أو زملاء العمل . . .) وكثرة الخصوم والأعداء والحاقدين عليه وقد يترتب على ذلك مشكلات أخرى (الطرد من الوظيفة، أو الطلاق أو السجن . . .).

٥ ـ الشعور بالبعد عن الناس وعمق الفجوة في المشاعر بينه وبين الناس.

٦ ـ زيادة الشك والريبة وسوء الظن إذا تعرض لضغوط نفسية وسببت له إحباطات وصراعات نفسية داخلية.

*** علل نفسية أخرى قد تصاحب الشخصيةالمرتابة:**

١ ـ بعض صفات الشخصية القاسية المتسلطة (السادية). (انظر ص ٢٠١).

٢ ـ بعض صفات الشخصية المتكبرة (النرجسية) (ـ انظر ص٢٣٧).

٣ ـ بعض صفات الشخصية المخادعة المحتالة (ـ انظر ص ٢٨٤).

٤ ـ الاضطرابات العقلية الكبرى (مثل مرض الفصام العقلي ونحوه).

٥ ـ تعاطي المنشطات أو المسكرات (وهذا مما يزيد الريبة وسوء الظن).

الأسباب المحتملة:

قد نتساءل ما الذي يجعل هذا الشخص سيئ الظن وذلك الآخر حسن

الظن؟ لا يوجد أسباب محددة تشرح الطريقة التي يحدث فيها هذا الخلل في الشخصية بدقة ووضوح وإنما هناك فرضيات تستند إلى دراسات طبية واجتماعية ونفسية، ومما ورد في ذلك:

* **الخلقة وتركيب الدماغ:** فإنه وجد أن مادة «دوبامين» ـ وهي ناقل عصبي في الدماغ ـ إذا كثر نشاطها ولا سيما في الفص الأمامي فإن الشخص يميل إلى الحدة في تركيزه والعناد والتحدي والحذر واليقظة الزائدة وسوء الظن[1].

* **التنشئة والتربية:** إن الحرمان من الحنان والعطف والمودة داخل الأسرة يولد شعوراً بعدم الأمان من المحيط الاجتماعي ولا سيما إذا برزت القسوة في التربية والشدة في وقت مبكر وكان الناشيء ذا ذكاء وإصرار ومما يزيد من ذلك ما يوجد بين الإخوة من تنافس يصل إلى حد الشراسة أحيانًا والكره والبغضاء مما يبعث في النفس زيادة الحذر والحيطة من الناس.

التفسيرات التحليلية النفسية:

ذكر عدد من الباحثين النفسيين بعض التفسيرات التحليلية النفسية والتي يمكن تلخيصها في الآتي:

١ ـ **استمرار نمط التفكير الطفلي الحدّي** والمتمثل في قاعدة: «كل شيء أو لا شيء» فالأشخاص عنده إما محبوبون «تجتمع فيهم الصفات الإيجابية» أو مكروهون مبغضون «تجتمع فيهم الصفات السلبية»، وكذا الأمور والأحداث إما أن تكون صوابًا بالكلية أو خطأ بالكلية ولا وسط.

هذا النمط من التفكير يمر به الطفل في مراحل نموه النفسي ثم يتخطاه فيدرك أن الصفات السلبية قد تجتمع مع الإيجابية في شخص واحد وأن الأمور ليست

---

(١) ويكثر هذا أيضًا فيمن يتعاطون مادة كبتاجون المنشطة (وهي شبيهة بمادة دوبامين في عملها) والتي كثيراً ما تسبب الشكوك والتوهمات الخطيرة، ومثل ذلك يقال في القات.

دائمًا علىٰ طرفي نقيض.

إذا لم يتجاوز الشخص هذه المرحلة استمرت هذه القاعدة المنطقية (غير الصائبة)منغرزة في تفكيره تتحكم في فهمه لنفسه ولغيره فيرىٰ نفسه حسن الصفات ولابد أن يكون محبوبًا مقبولا تمامًا ويرىٰ أن وجود السلبيات فيه والاعتراف بها يقتضي أن يكون سيئ الصفات مكروهًا مبغَضًا مرفوضًا وهذا ما لا يستطيع وعيه أن يتحمله ويقبله. لكن ما عساه أن يفعل بالسلبيات والقصور الذي فيه ولا يخلو منه بشر؟ كيف سيتعامل مع الواقع إذا جابهه أحد بالسلبيات التي فيه؟ هنا يتدخل الجانب اللاشعوري من النفس فيستخدم حيلتين لا شعوريتين معقدتين هما الإنكار اللاشعوري والإسقاط وبهما تخف الوطأة علىٰ النفس.

٢ ـ **الإنكار اللاشعوري**: يبادر الشخص إلىٰ نفي وإنكار ما ينسب إليه من صفات سلبية وهفوات وقصور ويطردها عن نفسه بقوة وعنف ويأنف من ذلك، إذ لو اعترف به لاختل استقراره النفسي لأن جهازه المعرفي واللاشعوري لا يقبل أن تجتمع السلبيات مع الإيجابيات في شخص فلا توسط يقبل في ذلك.

وبعد الإنكار وإبعاد الصفات السلبية عن نفسه لابد من نقلها إلىٰ مكان ما، لئلا ترجع فتستمر في تهديد النفس، وأفضل مكان يمكن نفيها إليه هو مصدرها الذي جاءت منه وذلك بممارسة الإسقاط النفسي.

٣ ـ **الإسقاط**: وفيه يميل الفرد إلىٰ نسبة عيوبه وأخطائه ورغباته المستهجنة المكبوتة في أعماقه إلىٰ غيره من الناس، فيرمي السلبيات التي فيه علىٰ غيره وينسبها إليهم ويتهمهم بها. وبهذا يخفف عن نفسه ويجد مبرراً لانتقاص غيره، ولكنه لا يتمكن من ممارسة الإسقاط مع كل أحد وفي كل موقف فماذا سيفعل إذا واجهه مديره بسلبياته أو أبوه أو غيرهما ممن لا يستطيع أن يمارس معه الإسقاط المباشر؟!

هنا قد يلجأ إلىٰ المراوغة وإظهار القبول بالسلبيات والاعتراف بها ولكنه مقتنع في قرارة نفسه أنهم متحاملون عليه وأن هذه السلبيات وإن اضطر للاعتراف بها ظاهراً فلن يقبلها باطنًا، وهكذا يمارس المخادعة والنفاق في كثير من مواقفه ثم لا يلبث أن ينزعج شعوره من هذا السلوك المشين (المخادعة) فتُسعفه حيلة الإسقاط بالحل المناسب وهو أن الناس مخادعون منافقون ماكرون لا يوثق بهم.

ماذا لو واجهنا هذا الشخص بالنقد المباشر الواضح وأعلناها له صراحة: إن الخلل فيك فدع عنك الإسقاط؟ إن هذا يقتضي لديه إقحام السلبيات بالقوة في شخصيته وإلصاقها به وهذا ما لا يمكن له أن يحتمله ولو للحظات معدودة فما يكون منه إلا أن يبادر بقوة طرد إسقاطية شديدة تلقي بهذه الإتهامات علىٰ مصدرها، ويصاحب ذلك في الغالب مشاعر غضب وثوران عواطف وربما عنف وتهديد.

وباستمرار الممارسة للإنكار والإسقاط وما ينتج عن ذلك من خلافات مع الآخرين وصعوبة في التأقلم والتكيف الاجتماعي ينقلب فهم الشخص لنفسه فيراها مليئة بالسلبيات وليس فيها إيجابيات، بحسب ما تمليه عليه القاعدة المنطقية السابقة «كل شيء أو لا شيء» فتضعف معنوياته ويتولد لديه شعور بالذلة والهوان والصغار واحتقار الذات، ويتصور الآخرين في موقف القوة والسيطرة والتمكن، وهذا يسبب له مزيداً من الاضطراب النفسي مما يستحث اللاشعور لديه للاتيان بحيلة لا شعورية جديدة تعيد إلىٰ النفس بعض توازنها، وهذه الحيلة هي (التقمص الإسقاطي).

٤ـ التقمص الإسقاطي: يتقمص الشخص مواقف الآخرين (بعد أن يتصورهم في موقع الرفعة والقوة والسيطرة) ويتلبس شخصياتهم ويلبسهم ثوبه الداخلي (الشعور بالهوان والضعف)، فيرىٰ نفسه قويًا واثقًا متمكنًا ويظل يسعىٰ للسيطرة

والنفوذ والتحكم في الآخرين لتأكيد ذلك ولإزالة عدم الأمان الذي ينخر أعماقه ومما يزيده تأكيداً لذلك انتقاصه للآخرين واستصغارهم وتقليل شأنهم وإظهار عيوبهم وضعفهم ونقصهم.

وهكذا تبدو شخصية المرتاب قوية واثقة مثابرة مجادلة يقظة بينما باطنها وأعماقها متشبّعة بالشك في النفس وقدراتها وبالصغار والهوان، وكلما زاد تحقير الذات والشعور الداخلي بالصغار زاد مستوى الشك والريبة وسوء الظن، وادعاء الثقة والقوة والتمكن.

كيف تعامل من طبعه سوء الظن والريبة:

هذه بعض الأفكار المقترحة والتي ليس بالضرورة أن تكون مجدية في كل الأحوال ومع كل الأشخاص ذوي الشخصية المرتابة:

١ـ الصراحة والوضوح معه في الأقوال والأفعال لئلا تثير الريبة في نفسه.

٢ـ عدم المبالغة في الصراحة معه أو الاعتذار منه ـ إذا بدر منك تجاهه تقصير ـ فإنه قد يفسر تصرفك تفسيراً غير الذي قصدت أنت.

٣ ـ تجنب مجادلته ومماراته وانتقاده ولا سيما أمام الناس وبيّن له ما تراه صواباً بأسلوب لطيف دون تعنيف أو إلزام بتغيير قناعاته فليس هيناً عليه أن يفعل ذلك.

٤ ـ إن احتجت إلى محاورته فاستعد لذلك بالأدلة المقنعة والحجج القوية والحوار الهادئ مع الحذر من إسقاطاته.

٥ ـ لا تدعه يسقط عليك أخطاءه وتقصيره وهفواته ولا تواجهه بعنف فينفجر إلا إذا كان لك عليه سلطان وتستطيع أنت أن تسيطر على الموقف ولديك مايكفي من البراهين أو الشهود.

٦ ـ اعطه ما يستحقه من الاحترام والتقدير إن كان أهلا، ولا تحتقره إن لم

يكن أهلاً للاحترام.

٧ـ إذا كان موقفه أقوىٰ من موقفك وأنت علىٰ يقين بأنه علىٰ خطأ فتلطّف معه بالاحترام والتقدير قبل البدء ببحث الموضوع الذي فيه خلاف، وإذا رأيت أن المواجهة الكلامية لن تجدي فاستعمل أسلوب المكاتبة (وهذا له جدوىٰ في كثير من حالات الخلافات الزوجية المرتبطة بسوءالظن).

توجيهات لمن به سوء ظن وريبة:

مما ينفع الشخص الذي فيه شيء من سوء الظن والريبة، إذا كان جاداً في إصلاح نفسه أن يلتفت إلىٰ هذه الملحوظات:

١ـ إن سوء الظن في غير موضعه من أسوأ الأخلاق وأمقت الصفات وهو سبب لضعف المعنويات ومرتبط بضعف الثقة بالنفس ويؤدي إلىٰ مشكلات (شخصية واجتماعية . . .) كثيرة ومتنوعة وقد نهىٰ الله تعالىٰ عن سوءالظن واتباع الظن. ﴿**يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اجْتَنِبُوا كَثِيراً مِنَ الظَّنِّ إِنَّ بَعْضَ الظَّنِّ إِثْمٌ**﴾ [الحجرات: ١٢].

٢ـ إن التمادي في إنكار الأخطاء وإسقاطها علىٰ الآخرين زيف وخداع للنفس.

٣ـ أنت بشر عرضة للخطأ والنقص فاقبل التقصير وتعايش معه ولا تبالغ في مصادمة الناس إذا ذكروا شيئًا من أخطائك، فالحياة ليست حلبة مصارعة ولا غابة وحوش.

٤ ـ إن الناس تدرك بعقولها وأفهامها ما تظن أنك تُلبِّس عليهم من إسقاطات وحجج جدلية وقد يعرفون خداعك لنفسك فلا تظنهم غافلين مخدوعين.

ومهما تكن عند امرئ من خليقــة وإن خالها تخفى على الناس تُعلم

٥ ـ إن من أشر الناس من تركه الناس اتقاء شره وفحشه فاتهم رأيك وظنك قبل اتهام غيرك ولا تتبع الهوىٰ فيضلك عن الحق.

٦ ـ إن الاستبصار والوعي بعيوب النفس ومواجهتها بحزم وصراحة والسعي في إصلاحها مما يقوي النفس ويرفع المعنويات ويزيد الثقة وينفع في الآخرة والأولىٰ.

من مجالات نجاح الشخصية المرتابة:

أي مجال يتطلب الحذر واليقظة والحزم وضبط النظام خصوصًا في مجال الإدارة (مدنية كانت أو عسكرية).

السذاجـــة[1]:

* أمثلـــة:

١ـ زهدية خادمة اندونيسية فيها سذاجة وطيبة قلب زائدة فهي تثق ثقة عمياء بكل أحد، اجتمعت مرة مع عدد من الخادمات ممن جئن يرافقن الأسر اللاتي يعملن عندها فقالت زهدية إن سواري قد انكسر وأريد إصلاحه فعرضت عليها جورية (خادمة أخرىٰ) أن تأخذه إلىٰ محل إصلاح الذهب مع زوجها (سائق إحدىٰ الأسر) فأعطتها إياه علىٰ أن تستلمه منها في الاجتماع القادم (بعد أسبوع) وعندما سألتها زهدية عن السوار بعد أسبوع قالت جورية: هاتِ مئة ريال تكاليف الإصلاح ووعدتها بأن تحضره الأسبوع القادم ولم تفِ لها بالوعد ولم تنزعج زهدية واستمرت جورية تماطلها لمدة أسبوعين آخرين إلىٰ أن حان موعد سفر جورية وزوجها (خروج بلا عودة) فأخذت السوار والمئة ريال وزهدية علىٰ غفلتها وثقتها العمياء.

٢ ـ كان محمود في مطار هيثرو بلندن وبيده حقيبة أنيقة (فيها جواز سفره وبطاقة صراف ومبلغ من المال وعدة أوراق مهمة) وأراد تناول وجبة طعام من أحد الباعة ففتح حقيبته أمام أعين الناس وأخذ منها بعض الأوراق النقدية ثم أغلقها وتركها علىٰ مقعده وتوجه نحو البائع فاشترىٰ الوجبة وجلس يتناولها ثم

---

(١) أصلها فارسي وعربت وتدل علىٰ الشيء الخالص الذي لا شائبة فيه واللون الذي لم يخالطه لون آخر (سادة في الفارسية) استعملت في القول الضعيف والحجة الضعيفة، انظر لسان العرب (٦/ ٢٢٣)، ومعجم الأغلاط اللغوية ـ العدناني (مادة ـ ٨٧٣).
والساذج في عرف الناس اليوم هو المغفل الذي لا فطنة له وليس بالضرورة أن يكون غبيًا ضعيف العقل إذ قد يكون متفوقًا في دراسته أو وظيفته لكن تغلب عليه الصفات المذكور أعلاه (عكس صفات المرتاب).

عاد إلى مقعده فلم يجد حقيبته وأخذ يسأل من حوله والكل يستنكر عليه هذه السذاجة فتوجه إلى رجال أمن المطار فعاتبوه وحمّلوه المسئولية كاملة خصوصًا وأنهم لم يفتؤوا يذكّرون بأهمية أخذ الحيطة وعدم ترك الأغراض الشخصية في المقاعد والممرات.

٣ ـ وفاء معلمة حديثة التوظيف ذكية وحريصة على اتقان تخصصها لكن فيها غفلة كبيرة وثقة عمياء بالناس جعلت بعض زميلاتها يُحمِّلنها بعض أعبائهن التعليمية والإدارية ويسوغن لها ذلك بأنها شخصية وفية (على اسمها) وقادرة على التحمل والعطاء والتضحية.

٤ ـ تزوجها بمجرد أن سمع عن جمالها وجاه أبيها ولم يسأل لسذاجته عن سلوكها وأخلاقها، وبعد الزواج سيطرت عليه وأخذت تُسيّره يمينًا وشمالاً وأحيانًا تتركه في البيت وحده وهي في مكان آخر لا يعلمه ولم يخطر على باله يومًا أنها ستخونه رغم كثرة الدلائل الواضحة فلم يفق إلا بعد أن وقع الفأس في الرأس.

أبرز صفات الشخصية الساذجة:

١ ـ **الثقة الزائدة بالناس** عمومًا والاطمئنان إليهم وائتمانهم دون تأمل مدى أمانتهم أو التمييز بين من يستحق الثقة وبين من لا يستحقها، فهو يتصور أن أكثر الناس أمناء صادقون في أقوالهم وأفعالهم.

٢ ـ **الغفلة عما يدور حوله** من أمور تهمه وتنفعه في مصالحه وأهدافه (معلومات وأخبار أو أنظمة وقوانين وقرارات . . .) فهو لا يتوقع السوء من أحد ولا يدرك أن من الناس محتالين مخادعين ماكرين.

ليس الغبي بسيد في قومه وإنما سيد قومه المتغابي

٣ ـ **التبعية للآخرين** (فكرًا وسلوكًا) ومسايرتهم طواعية (باطنًا وظاهرًا) والانقياد لهم[1].

٤ ـ **التسامح والعفو الزائد** حتى مع من لا يستحق ذلك (من المخادعين أو الظلمة أو نحوهم . . .) وهذا العفو ليس بدافع ديني (لاحتساب الأجر) أو دافع خلقي بقدر ما هو جبلّة في الطبع.

٥ ـ **سهولة التأثر بآراء الآخرين** والاقتناع بها دون تمحيص، مع التنازل عن رأيه ولو كان صوابًا.

٦ ـ **تقبل انتقادات الآخرين له** وإن كانت خاطئة في غير محلها.

٧ ـ **المبالغة في الصراحة** والإفصاح عما في النفس والمبادرة في ذلك حتى في بعض أموره الخاصة.

(١) هذا بخلاف ضعف توكيد الذات والذي فيه مسايرة ظاهرية مع استياءٍ باطني (انظر ص٢١٢). ويختلف ذلك أيضًا عن ما وَصف به الرسول ﷺ المؤمنَ بأنه غِرٌ كريم والفاجر خِبٌ لئيم «رواه الترمذي» وصححه الألباني ـ السلسلة الصحيحة «٩٣»، ونقل عن الطحاوي أن الغِرَّ: هو الذي لا غائلة ولا باطن له يخالف ظاهره، والفاجر ظاهره خلاف باطنه لأن باطنه ما يكره وظاهره مخالف لذلك.

من المشكلات التي قد تواجه الساذج:

١ ـ استغلاله ماديًا ومعنويًا من قبل الآخرين ولا سيما أولئك الذين فيهم شيء من صفات الاحتيال والمكر[١].

٢ ـ استخفاف الناس به وانتقاص قدره واحتقاره وسهولة التأثير عليه والتلاعب بأفكاره ومشاعره.

٣ ـ الكآبة والإحباط خصوصًا إذا تضرر باستغلال الآخرين واحتقارهم إياه.

٤ ـ الشعور بالفشل والنقص وضعف الشخصية.

٥ ـ قد يقاوم السذاجة بتكلّف الريبة وزيادة الشك (في بعض المواقف) ومع بعض الأشخاص فينتقل من قاع التفريط إلى قمة الإفراط في استعمال سوء الظن، ولا يحسن الحذر والحيطة واليقظة وقد يوقعه ذلك في مشكلات عويصة.

٦ ـ التورط في سلوكيات مشينة أو مخالفات أمنية أو نحو ذلك بسبب التأثر برفقاء السوء.

علل نفسية أخرى قد تصاحب السذاجة:

١ ـ بعض صفات الشخصية الاعتمادية (انظر ص ٣٠٣).

٢ ـ بعض صفات الشخصية التجنبية (انظر ص ٢٢٩).

٣ ـ بعض صفات الشخصية المعتزلة (انظر ص ٢٢٦).

٤ ـ الاستسلام (انظر ص ٢١٢)، المبالغة في الرأفة (انظر ص٢٠٤).

لماذا هؤلاء كذلك؟

قد يكون للخلقة وتركيب الدماغ دور في ذلك (نقص بعض القدرات العقلية

---

(١) انظر الشخصية المحتالة ص ٢٨٤.

الموجودة في الفص الأمامي ـ التركيز والحذر وحسن اتخاذ القرارات . . . .) إضافة إلى العوامل التربوية فإن البيئة الآمنة والتي تخلو من التنافس بين الناشئة ويتوفر فيها للصغير مراده ورغباته مع حماية زائدة ودلال تضعف اكتساب الخبرات الاجتماعية ومعرفة طباع الناس . . . ومن ثم تولد أو تنمي السذاجة فكرًا وسلوكًا .

*** توجيهات لمن به سذاجة:**

١ ـ إدراك أن السذاجة تختلف عن حسن الظن، وأنها ليست محمودة .

٢ ـ إدراك ما يترتب عليها من مشكلات ومضاعفات متنوعة .

٣ ـ المبادرة بعلاج السذاجة وعدم التمادي فيها وعدم إنكار وجودها أو استحسانها .

٤ ـ تطوير الثقة بالنفس والمهارات الاجتماعية المتنوعة[١] .

٥ ـ تطوير مهارة التعرف على طباع الناس وصفات شخصياتهم للتمييز بينهم .

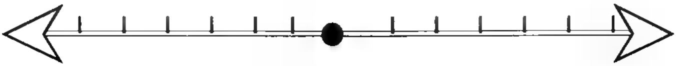
*** من مجالات نجاح الساذج:**

تلك المجالات التي فيها إيثار وتضحية وتعاون اجتماعي (الكرم ـ النجدة ـ الإيثار . . .) لأن الساذج ميال إلى خدمة الآخرين (دون تمييز بين من يستحق ذلك ومن لا يستحق) وقد يكسبه ذلك وجاهة اجتماعية .

---

(١) انظر ص ٢٥٧ وما بعدها (الثقة بالنفس) .

الشخصيـــة



بين

الإفراط في الغلظـــة		الإفراط في الرأفـــة
* غلبة قسوة القلب واستعمال الغلظة في القول والفعل.	و	* غلبة الرأفة ورقة القلب حتىٰ في غير مواضعها المحمودة.
* غياب مشاعر المودة والرحمة والعطف والحنان والألفة والشفقة.		* عدم القدرة علىٰ إبداء الغلظة والشدة مع الآخرين حتىٰ في مواضعها (في الدفاع عن النفس...).
* الاستمتاع بممارسة القسوة مع الآخرين والتلذذ بمشاهدة معاناتهم.		* الاستمتاع بالرأفة بالآخرين وإسعادهم وكره الغلظة دائمًا
* الصرامة والشدة في العقوبات واستخدام أساليب الترهيب.		* المبالغة في الضعف واللين والتسامح المبالغ فيه حتىٰ مع من لا يستحقه.
* إكراه الآخرين علىٰ خدمة مصالحه الخاصة بالقوة والتهديد.		* الميل إلىٰ استعمال أساليب الترغيب والمبالغة فيها حتىٰ في بعض المواضع التي لا يجدي فيها سوىٰ الترهيب.
* الثأر والانتقام من غيره عند الخصومات حتىٰ في أتفه الأمور.		* تجنب الخصومات والابتعاد عن المجادلات ولو كان مظلومًا، وقد يتنازل عن حقوقه المشروعة رأفة بخصمه وإن كان لا يستحق ذلك (أو رأفة بنفسه بسبب خشيته من انتقام خصمه).

الغلظة: ضد الرِّقة ـ في الأخلاق والأفعال والأجسام ـ فهي تحمل معنى الخشونة والشدة والصلابة والقسوة[١] والمراد هنا الغلظة في المشاعر والتصرفات وهي عكس الرأفة.

والرأفة: الرحمة والعطف وما يصاحب ذلك من تلطف ورفق.

إن الشخص السوي متوسط في استعمال الرأفة والغلظة في سلوكه، وفي توافرهما في مشاعره فهو يراعي في استعمالهما تحقيق المصالح ودرء المفاسد بحسب الظروف والأحوال.

فلا يفرط في استعمال الرأفة في غير موضعها ومع غير أهلها المستحقين لها فتكون عليه وبالاً، ولا يبالغ في اللجوء إلى الغلظة فينفضّ الناس من حوله وتنشأ بينه وبينهم العداوة والبغضاء، فهو يغلِّب جانب الغلظة مع من يستحقها لرد كيدٍ أو تأديب أو نحو ذلك كما أمر الله تعالى نبيه ﷺ بقوله: ﴿**يَا أَيُّهَا النَّبِيُّ جَاهِدِ الْكُفَّارَ وَالْمُنَافِقِينَ وَاغْلُظْ عَلَيْهِمْ وَمَأْوَاهُمْ جَهَنَّمُ وَبِئْسَ الْمَصِيرُ**﴾ [التوبة ٧٣، والتحريم: ٩] ويتجنب الغلظة مع الأصحاب والأقارب والأحباب كما بيّن الله تعالى عن نبيه ﷺ أنه بالمؤمنين رؤوف رحيم، وأمره بخفض جناحه لمن اتبعه من المؤمنين، وقال له: ﴿**وَلَوْ كُنتَ فَظًّا غَلِيظَ الْقَلْبِ لانفَضُّوا مِنْ حَوْلِكَ**﴾ [آل عمران: ١٥٩]. (الفظ: الرجل غليظ الكلام[٢]). والسوي يغلِّب جانب الرأفة مع من يستحقها (كالوالدين والزوجة والأولاد[٣]) ولا يبالغ في استعمال الرأفة مع من لا يستحقها، وقد ترك الرسول ﷺ الرأفة لـمّا احتاج إلى الحزم في معاقبة أولئك

---

(١) انظر لسان العرب (١٠/ ١٠٢) والمفردات في غريب القرآن ٣٦٤.

(٢) انظر لسان العرب (٥/ ٨٢).

(٣) وقد يحتاج الأولاد أحيانًا إلى شيء من القسوة لتربيتهم وهذا من باب الحزم كما قال الشاعر: فقسا ليزدجروا ومن يك حازمًا فليقسُ أحيانًا على من يرحم

النفر الذين جاؤوا إلى المدينة وهم مرضى فتلطف معهم عليه الصلاة والسلام وأرسلهم إلى إبل الصدقة يتداوون بألبانها وأبوالها فلما صحت أبدانهم قتلوا الراعي وأخذوا الإبل فبعث الرسول ﷺ في آثارهم حتى أتي بهم فأمر بمسامير فأحميت فكحلهم بها وقطع أيديهم وأرجلهم ثم ألقوا في الأرض الحارة يستسقون فما سُقوا حتى ماتوا ـ رواه البخاري ـ، وقد كان ﷺ رحيمًا بالمؤمنين.

صفات المفرط في الغلظة:

١ ـ **غلبة قسوة القلب** واستعمال الغلظة الشديدة في التعامل في غير موضعها حتى مع من ينبغي معهم الرأفة والعطف (كالوالدين والزوجة والأولاد).

٢ ـ **غياب مشاعر التعاطف والحنان** والرحمة والمودة فقاموس مشاعره يكاد يخلو من هذه المعاني وإن وجد شيء منها فهو ضئيل جداً.

٣ ـ **الاستمتاع بممارسة القسوة** والشدة مع الآخرين وبمعاناتهم النفسية والجسدية واتخاذ ذلك وسيلة للشعور بالقوة والسيطرة (فهو يتلذذ بتحقير غيره وإهانتهم والسخرية بهم وإيلامهم والتلاعب بمشاعرهم وإيذائهم).

٤ ـ **الميل إلى استخدام التهديد** والعنف والعدوان في الخصومات (وقد يستخدم السلاح . . . .).

٥ ـ **الصرامة والشدة في العقوبات** بما يفوق الذنب (أو بدون أدنى ذنب).

٦ ـ **إكراه الآخرين على خدمة** مصالحه والتذلل له والخضوع لرغباته وآرائه وتحجيم استقلاليتهم عن مركزيته التي يتولى إدارتها بقوة وشدة.

٧ ـ **الولع بالخصومات والمراء** والعناد والتحدي ومقارعة الآخرين للشعور بالظفر ولذة الانتصار والغلبة.

٨ ـ **شدة الثأر لنفسه والانتقام** من غيره والأنفة من الانتقاص من مكانته ولو

٩ ـ **الميل إلى الكذب**[١] وتوظيفه في إدخال الرعب على الآخرين وتخويفهم من سطوته وقوته.

هذه الصفات ليست مخصوصة بزمان أو بمكان أو بأشخاص بينه وبينهم عداء خاص وإنما هي طباع شبه دائمة في شخصيته ولا تنفك عنه، وتؤثر في تفاعله مع الآخرين من حوله وأبرز ما تكون في حالات العداوات والبغضاء مع الخصوم والأعداء.

أمثلـــة:

١ ـ لاحظت الزوجة بعد عدة أشهر من زواجها أن زوجها لم يفصح لها عن أي مشاعر حب أو عطف أو حنان وهي تعلم أنه ليس خجولاً يمنعه الخجل من ذلك، ومع ذلك فكثيراً ما يطلبها للفراش ويضاجعها دون مداعبة وإذا شعر منها بضعف في الاستجابة بادر بالشتم والسب وأحيانًا بالضرب المبرح وشد الشعر وقد يحرمها من زيارة أهلها مدة طويلة وكلما استلطفته زاد في غلظته وهو يضحك من بكائها واستعطافها ولا يرق قلبه لها.

٢ ـ استقدم عمالة كثيرة من عدة بلدان (بنقلادش وسيرلانكا والهند) وأخذ يسومهم سوء العمل دون أجرة ودون احترام وكلما اعترض عليه أحد منهم هدده بأنه سوف ينتقم منه بطريقته الخاصة فبعضهم يبلغ عن أنه هرب ويسلم جوازه للجهات الأمنية وبعضهم يتهمه بالسرقة ويرفع عليه دعوى كيدية ويأتي لها بشهود....

٣ ـ أب عنده أطفال صغار يقهرهم بغلظته وقسوته بالعقوبات الشديدة

---

(١) والشخصية المحتالة أيضًا تستعمل الكذب كذلك ولكنها توظفه للوصول إلى الشهوات والملذات (مال ـ جاه ـ شهرة...).

الصارمة (ضرب شديد وكي بالنار وربط بالحبال . . . .) ويشتمهم ليلاً ونهاراً سراً وجهاراً ويقذف أمهم بالزنا ولا يراعي مشاعر أحد منهم.

٤ ـ موظف في قطاع أمني يتعدىٰ الصلاحيات المخولة له نظامًا فيتفنن في شدة العقوبات وطريقتها مع المخالفين للأمن ويستمتع بإهانة الناس قولاً وفعلاً ويتستر بالصلاحيات المخولة له ويسيء إلىٰ مهنته.

٥ ـ السفاح السوداني[1] في اليمن الذي كان يعمل في كلية الطب ويستدرج بعض الطالبات ثم يقتلهن ويقطعهن إربًا إربًا دون أن يشعر بالرأفة أو الشفقة.

علل نفسية قد تصاحب الإفراط في الغلظة:

١ ـ صفات الشخصية المضادة للمجتمع (انظر ص ٢٩٦).

٢ ـ صفات الشخصية المرتابة (انظر ص ١٨٢).

٣ ـ صفات الشخصية النرجسية (انظر ص ٢٣٧).

* * *

قال الرافعي:

يا راجيًا لطف الحمار ظلمته ... هل عند رجليه سوىٰ رفساته

كل الكلام يضيع في آذانه ... ما دمت لا تحكيه في نهقاته

إن الحمار وإن تلقّب في الورىٰ ... بالفيلسوف هو الحمار بذاته

* * *

(١) نشرت قصته عدة صحف عربية ويبدو أن شخصيته إضافة إلىٰ إفراطها في الغلظة فيها علة أخرىٰ مصاحبة وهي الشخصية المضادة للمجتمع (انظر ص ٢٩٦).

صفات المفرط في الرأفة:

١ ـ **غلبة مشاعر الرأفة والعطف** ورقة القلب مع الناس عمومًا (من يستحق ومن لا يستحق) وفي غير مواضعها.

٢ ـ **عدم القدرة على إبداء الغلظة** والشدة مع الآخرين وعلى استعمال أساليب الترهيب المناسبة حتى مع أولاده أو زوجته أو طلابه أو موظفيه أو غيرهم ممن قد يحتاج معهم بعض الحزم والشدة في التعامل.

٣ ـ **الاستمتاع بالرأفة بالآخرين وإسعادهم** والإطمئنان إليها وكره الغلظة دائمًا حتى وإن كان المقام يستدعي ترك الرأفة والأخذ بشيء من الغلظة.

٤ ـ **الميل إلى استعمال أساليب الترغيب** والمبالغة فيها حتى في بعض المواضع التي لا يجدي فيها سوى الترهيب.

٥ ـ **الضعف واللين والتسامح المبالغ فيه** حتى مع من لا يستحقه .

٦ ـ **الابتعاد عن الخصومات والمجادلات** وإيقاع العقوبات حتى مع من ظلمه[1] وقد يتنازل عن حقوقه المشروعة رأفة بخصمة أو خوفًا منه وإن كان خصمه مستوجبًا للعقوبة ولا يجدي معه سواها.

أمثلة:

١ ـ كان الأب شديد الرأفة بأولاده وأمهم ويميل إلى التسامح معهم واللطف ولكن لم ينفع هذا الأسلوب مع ابنه المراهق الذي استرسل في شهواته وهواه فمرة يريد سيارة جديدة ومرة يريد السفر إلى أوربا ومرة يغيب عن البيت عدة أيام والأب يحاول كسب قلب ابنه بالإكثار من أساليب الترغيب وتنويعها إلى أن

---

(١) قد أثنى الله تعالى على العافين عن الناس والكاظمين الغيظ طلبًا لمرضاة الله وليس عجزًا عن رد الاعتبار أو خوفًا من الناس.

انتهى المطاف بالابن إلى استعمال المخدرات عندها ثار جدل كبير بين الأب والأم كل يلوم الآخر فهي تلومه على غياب الحزم وهو يلومها على الشدة. . .

٢ـ عاطفتها رقيقة جداً تحب الناس قريبهم وبعيدهم وتبدي لزوجها الحنان والعطف والمودة رغم تقصيره في حقها وإهانته لها أحيانًا، مما جعله يعتاد على كسب الجولة أمامها حتى أصبح يسافر كثيراً إلى الخارج سفرات مشبوهة وهي تعلم ذلك ولا سيما أنها تلحظ كثرة أسفاره إذا كانت حاملاً (أو بعد الولادة)، استمرت في عطفها وشفقتها دون أن تبدي له أي اعتراض حتى شعر بزوال الرهبة منها فصار يشرب الخمر أمامها علانية في البيت وهي لا تزال تستخدم أسلوب الرأفة معه وتخشى منه إن هي آذته بكلمة.

٣ ـ أحمد مدرس ناجح في إيصال المعلومات إلى طلابه لكنه عاجز عن ضبط تصرفاتهم في الفصل فلا يجد في نفسه الميل إلى استخدام أي أسلوب من أساليب الترهيب مع الطلبة ولذا فقد استغله بعض الطلبة فصاروا يؤذونه وقت الدرس ويشغلونه بأمور تافهة كي لا يثقل عليهم بالموضوعات والواجبات ومع ذلك فهو مستمر في الرأفة بهم حتى أضر بباقي الطلبة وحرمهم من إكمال المقرر في وقته.

٤ ـ كان خارجًا من المسجد متوجهًا نحو سيارته الفخمة وإذا بأحد المتسولين يفاجئه وقد كان يرقب صاحب هذه السيارة (الذي يبدو أنه غني جدًا) فبدأ المتسول يسرد له القصص المفجعة التي تعرضت لها أسرته والفقر المدقع الذي هم فيه حتى أبكى صاحب السيارة فأخرج من محفظته ألف ريال وأعطاه وإذا بإمام المسجد وهو خارج من المسجد يشاهد المنظر فالتفت على صاحب السيارة وأخبره أن هذا المتسول محتال معروف بكذبه.

*** علل نفسية قد تصاحب الإفراط في الرأفة.**

* صفات السذاجة (انظر ص ١٩٣).

* صفات الاستسلام (انظر ص٢١٢).

* صفات الشخصية التجنبية (انظر ص ٢٢٩).

* صفات الشخصية الاعتمادية (انظر ص٣٠٣).

* الكآبة والقلق وتوهم المرض والقلون العصبي .

مشكلات قد يواجهها المفرط في الرأفة.

* ضياع حقوقه المادية والمعنوية[١]، وقد يوهم نفسه أنه يعفو عن الناس قصداً في حين أنه عاجز عن أخذ حقوقه .

* التعرض لاعتداءات الآخرين واحتقارهم ومضايقاتهم .

* ضعف القدرة على إدارة الحياة الزوجية وأمور البيت وتربية الأولاد التربية المناسبة .

* الفشل في الأعمال الإدارية التي تتطلب بعض الحزم مع المرؤوسين .

* استغلاله ماديًا ومعنويًا باستثارة عواطفه والتلاعب بمشاعره الجياشة .

---

(١) في الخصومات لا يستطيع الدفاع عن نفسه أو مهاجمة غيره بالدعوى ولذا فالأولى له أن يوكل محاميًا يقوم له بذلك وهذا ينطبق أيضًا على المفرط في الاستسلام والمفرط في التبعية للآخرين والساذج وصاحب الشخصية التجنبية .

توجيهات للمفرط في الرأفة:

١ ـ إدراك الفرق بين الرأفة المحمودة (التي تكون في موضعها ووقتها المناسب) والرأفة غير المحمودة (الإفراط فيها) وما يترتب على ذلك من مشكلات ومضاعفات عديدة.

٢ ـ التعود على استعمال الحزم والغلظة المناسبة (في موضعها ووقتها).

٣ ـ تطوير الثقة بالنفس والمهارات الاجتماعية المتنوعة[1].

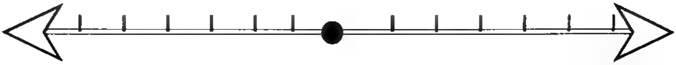
مجالات النجاح:

تلك المجالات التي يبرز فيها دور الرأفة والشفقة كإغاثة الملهوفين وإعانة الفقراء والمساكين ونحو ذلك.

---

(١) انظر ص ٢٥٧ وما بعدها (الثقة بالنفس).

الشخصيـــة



بين

الاستسلام	و	العدوان
* الإذعان للآخرين ورغباتهم وطلباتهم.		* التسلط على الآخرين والتحكم فيهم والهجوم عليهم قولاً وفعلاً.
* المجاملة والمسايرة للآخرين في الآراء والتصرفات .		* المخالفة بقوة وصراحة وتحدٍ.
* الإفراط في خدمة الآخرين ولو على حساب نفسه وحقوقه ووقته.		* مطالبة الآخرين بخدمته دون أن يخدمهم.
* ضعف القدرة على الرفض وإبداء المشاعر والتعبير عن الآراء.		* الجرأة الزائدة في إبداء الرفض وإظهار المشاعر (الغضب - الاستياء . . . .).
* ضعف الحزم في اتخاذ القرارات وتنفيذها.		* الجرأة الزائدة في اتخاذ القرارات وتنفيذها (وبتهور أحيانًا).
* التواضع الزائد عن حده وفي غير محله (الذلة).		* الإفراط في الاعتداد بالنفس وتحدي الغير.
* البعد عن الخصومات ولو بالتنازل عن الحقوق.		

أمثلة للاستسلام (ضعف توكيد الذات).

١ ـ كان رياض بحاجة إلىٰ شراء ملابس داخلية فاتجه إلىٰ سوق تجاري واختار ما يناسبه من إحدىٰ المحلات وقبل أن يتوجه إلىٰ المحاسب استقبله أحد الباعة بترحيب مبالغ فيه مع شيء من الإلحاح والترغيب بأن يشتري بعض الجوارب ومعطفًا شتويًا فما كان منه إلا أن استسلم واشترىٰ ما لا يريد شراءه خجلاً من البائع وحرجًا منه.

٢ ـ كان زياد علىٰ موعد مع والدته ليأخذها إلىٰ المستشفىٰ قبل نهاية الدوام وبينما هو في الطريق قبل الوصول إلىٰ والدته إذْ استوقفه صديقه منصور وأخذ يسأله عن بعض الأمور التي ليست مستعجلة واستمر الحديث بينهما ومنصور مسرور بينما زياد في ضجر وملل ويريد إنهاء الحديث ليصل إلىٰ أمه فيأخذها إلىٰ المستشفىٰ ولكنه يجامل صديقه ولا يجرؤ أن يعتذر منه.

٣ ـ جاء أبو سالم إلىٰ أحد معارفه (إبراهيم) يطلب منه قرضًا (٥٠ ألف ريال) وألح عليه حتىٰ أقرضه إياه رغم شدة حاجة إبراهيم إلىٰ تلك الخمسين ألفًا لكنه كان ضعيف القدرة علىٰ الاعتذار.

٤ ـ بعد توزيع جداول الحصص في المدرسة اتضح للمديرة أن هناك نقصًا في تغطية بعض الفصول وأن توزيع الحصص بين المعلمات يحتاج إلىٰ إعادة نظر فقررت تكليف بعض المعلمات ببعض الأعباء الدراسية ولم تجد من يتحمل ذلك أفضل من المعلمة سارة والمعلمة نجلاء فهما متجاوبتان ولا ترفضان أي طلب وتستطيعان تحمل الأعباء دون إظهار أي استياء.

٥ ـ زار عبدالرحمن بعض أصدقائه القدماء في استراحة لهم بعد صلاة المغرب وجلس معهم فإذا هم منهمكون في لعب البلوت منذ ساعتين ثم سمعوا

أذان العشاء جميعًا ثم الإقامة ثم قراءة الإمام وهم مستمرون في لعبهم وعبدالرحمن يريد أن يقوم للصلاة ولكنه محرج من زملائه ولا يجرؤ على التعبير عما يريد.

٦ ـ طلبت أم عمر الهاتف الجوال من صديقتها أم يزيد وقالت إنها تريد الاتصال بزوجها لأمر ضروري وفعلاً فعلت ذلك لكنها استمرت في مواصلة المكالمات مع عدد من الصديقات وأغلب تلك المكالمات مجرد «سواليف» فارغة ورسائل هاتفية مكتوبة، كلها نكت وطرائف بهدف إضحاك زميلاتها. كل هذا يحصل على مسمع ومرأى أم عمر صاحبة الجوال ولكنها لم تستطع أن تطلب هاتفها رغم امتعاضها من الداخل.

الشخص السوي:

إن الشخص السوي متوسط في تعامله مع الناس بين طرفين ذميمين هما: الإذعان الزائد عن حده والتسلط المشوب بالغلظة، فهو يعلم كيف ومتى يستعمل الحزم واللين دون إفراط أو تفريط وإنما حسب ما يقتضيه الموقف وما يترتب على ذلك من تحصيل المصالح والابتعاد عن المفاسد.

لئن كنت محتاجًا إلى الحلم إنني ... إلى الجهل في بعض الأحايين أحوج

وما كنت أرضى الجهل خدنا ولا أخا ... ولكنني أرضى به حين أحرج

ولي فرس للحلم بالحلم ملجم ... ولي فرس بالجهل للجهل مسرج

ضعف توكيد الذات (الاستسلام والإذعان للآخرين):

المراد بتوكيد الذات[(١)] قدرة المرء على التعبير الملائم ـ لفظًا وسلوكًا ـ عن مشاعره وآرائه وأفكاره تجاه الأشخاص والمواقف من حوله، وعلى المطالبة بحقوقه ـ التي يستحقها فعلاً ـ دون ظلم أو عدوان.

وهذا التوكيد مرتكز على قاعدة تقدير المرء لذاته (رضاه عن نفسه وقدراته) وعلى تصوره لتقدير الآخرين له (مكانته عند الآخرين واحترامهم له) فإن كان متزنًا في ذلك متوسطًا فيه فإنه يقدر نفسه حق قدرها (بحسب ما تستحقه) وإن كان فيه عجب وخيلاء فإنه ينفخ ذاته وينزلها منزلة أكبر مما تستحقه[(٢)] وإن كان فيه ضعف في توكيد الذات فإنه يبخس نفسه حقها وينزلها دون منزلتها التي تستحقها ويرى الناس فوقها وهي تحتهم وهذا ليس تواضعًا لله وتذللاً للمؤمنين وإنما هو سلوك سبيل الذلة طبعًا وجبلة مع القريب والبعيد والصالح والطالح وليس هذا من قبيل الحياء المحمود شرعًا وعرفًا وإنما هو خجل في غير موضعه يزعج النفس ويؤلم الضمير ويُكبّل المرء بأغلال التوتر وقيود الحيرة والعجز.

مظاهر الإذعان والاستسلام:

هناك عدة علامات تدل على ضعف السلوك التوكيدي من أهمها:

١ ـ **الميل إلى موافقة الآخرين ومسايرتهم** في أغلب الأحوال ومجاملتهم والنزول عند رغباتهم ولو على حساب الشخص (وقته وحقوقه وراحته . . .)، فهو لا يجرؤ أن يقول: «لا» أو «لا أريد» أو نحو ذلك، ولذا فإنه يكثر من قول: «نعم» «صح» «حاضر» «أبشر» «سَم» لمن يستحق ومن لا يستحق.

٢ ـ **ضعف القدرة على إبداء الرأي** الشخصي ووجهات النظر ولا سيما إذا

---

(١) ويسمى أيضًا إثبات الذات والسلوك التوكيدي.

(٢) انظر الشخصية النرجسية ص ٢٧٣ .

كانت مخالفة لمعظم آراء الموجودين.

٣ ـ **ضعف القدرة على إظهار المشاعر الداخلية** (رضا ـ استياء ـ حب ـ كره ـ انزعاج) وحبسها في أعماق النفس.

٤ ـ **الحرص الزائد على مشاعر الآخرين** وخشية إزعاجهم (جرح مشاعرهم) ولو أدىٰ ذلك إلىٰ التنازل عن بعض الحقوق الشخصية.

٥ ـ **ضعف الحزم في اتخاذ القرارات** والمضي فيها ولا سيما تلك التي ينبني عليها تبعات تمس الآخرين.

٦ ـ **التواضع في غير موضعه** (الذلة) ولغير أهله.

ووضع الندى في موضع السيف بالعلا

مضرٌ كوضع السيف في موضع الندى

٧ ـ **ضعف التواصل البصري** بشكل ملحوظ جدًا (يتجنب التقاء العيون دائمًا أو غالبًا) مع ضعف الصوت حتىٰ وإن كان الحق له ومعه البرهان والشهود والأنصار والأعوان.

أفكار ومفهومات خاطئة حول ضعف توكيد الذات:

١ ـ إلزام النفس بما لا يلزم[١] من إيجاب عدم إزعاج مشاعر الآخرين أبدًا مهما كان الأمر والابتعاد عن جرحها والحرص علىٰ تقديم رغبات الآخرين ومشاعرهم دائمًا علىٰ رغبات النفس ومصالحها وحقوقها، والحرص علىٰ إرضاء الناس كلهم والاتصاف بينهم باللطافة والدماثة.

٢ ـ الخلط بين الحياء (المحمود شرعًا وعرفًا) وبين الخجل ويكثر هذا عند النساء. انظر الجدول.

---

(١) انظر: أخطاء التفكير ـ ٨ ص ١٤٣ .

الفرق بين الحياء والخجل[(١)]

الحيـــــاء	الخجـل
* خلق يبعث على فعل المليح واجتناب القبيح ويمنع من التقصير في حق ذي الحق.	* استحياء شديد في غير موضع الحياء ومعه حيرة وتردد وعجز وتلعثم.
* ممدوح ومحمود شرعًا وعقلاً وعرفا. قال ﷺ: «**الحياء شعبة من الإيمان**» رواه مسلم.	* غير محمود لما يترتب عليه من تفويت المصالح أو الرضا بالإذعان ونحو ذلك.
* تطمئن إليه النفس ولا تنزعج منه وتتوافق معه من داخلها.	* تنزعج منه النفس ولا تطمئن إليه من داخلها (وإن خدعت غيرها بأنها راضية به).
* لا يترتب عليه تفويت مصالح أو ضياع حقوق أو الاستسلام والخضوع للآخرين بذلة.	* يترتب عليه فوات مصالح أو ضياع حقوق أو ذلة في غير موضعها أو نحو ذلك.
* من أمثلته: الحياء من الناس عند انكشاف العورات والحياء من الضيف والمبادرة بإكرامه وحياء الفتاة البكر إذا سئلت عن الرغبة في الزواج.	* من أمثلته: خجل صاحب الدَّين وعجزه عن المطالبة بدَينه وخجل الطالب من سؤال المعلم وخجل الشاب حديث العهد بالزواج من الاقتراب من زوجته.

(١) عن د. صالح أبو عباة أستاذ علم النفس المشارك بجامعة الإمام محمد بن سعود مذكرة غير مطبوعة وكتاب الانفعالات ـ الخجل. د. عبدالعزيز النغيمشي ـ دار الفضيلة.

٣ ـ الخلط بين التواضع لله وللمؤمنين (وترك الكبر والعجب) وبين ضعف السلوك التوكيدي.

٤ـ الخلط بين الإيثار المحمود شرعًا وعرفًا (وفيه تطمئن النفس وترضى بما تقدمه للآخرين) **وبين الإستسلام والإذعان للآخرين** وترك حظوظ النفس (خجلاً من الآخرين أو خوفًا منهم).

فتــوى:

ورد سؤال[1] إلى اللجنة الدائمة للافتاء هذا نصه: «تبرعتُ لمشروع خيري خوفًا وخجلاً من الرئيس المباشر في العمل، ولو ترك المجال لي لم أتبرع ولو بنصف قرش، فهل لي ثواب كامل على عملي هذا كما لو كنت قد تبرعت لهذا المشروع من حسن خاطر واختيار مني، مع الدليل؟ ـ فأجابت اللجنة: إذا كان الأمر كما ذكرت فأنت لا تؤجر على هذا المبلغ لأنك لم تقصد به وجه الله، وإنما قدمته لوجه صاحبك خوفًا منه، وقد ثبت عن رسول الله ﷺ أنه قال: «إنما الأعمال بالنيات وإنما لكل امرئ ما نوى» الحديث.

من المشكلات التي تواجه المستسلم:

١ ـ ضياع حقوقه المادية والمعنوية لضعف قدرته على المطالبة بها وضعف قدرته على الرفض والاعتذار ولتسلط الناس عليه إذا علموا ضعفه واستسلامه، وإذعانه، إضافة إلى احتقارهم لشخصيته وانتقاصهم له.

٢ ـ تراكم المشاعر السلبية في النفس (إحباط ـ كآبة ـ قلق ـ انزعاج ـ استياء ـ امتعاض ـ غيظ. . . .) وتأثيرها سلبًا على الصحة النفسية والعقلية والجسدية (ارتفاع الضغط ـ داء السكري ـ القولون العصبي ـ توهم المرض . . .).

(١) فتاوى للموظفين والعمال، اللجنة الدائمة للبحوث العلمية والافتاء ص ٦٦ . وكان الأجدر بالأخ السائل أن يسأل عن الإثم هل يلحقه بهذا العمل وماذا عليه أن يعمل في مثل هذا الموقف لاحقًا.

٣ ـ تعميق هوة الشعور بضعف الثقة بالنفس .

٤ـ نشوء خلافات مع الآخرين ولا سيما إذا كان المستسلم في موضع يفترض فيه القوة وتدبير الأمور ونحو ذلك كالزوج والمدير والرئيس خصوصًا إذا كان من تحتهم فيهم جرأة وقوة وهم مطلعون على ضعف المستسلم وإذعانه .

٥ـ اللجوء إلى طرق معوجّة للحصول على القوة والجرأة مثل استعمال المنشطات أو المسكرات .

٦ ـ إزاحة المشاعر السلبية (الاستياء والضجر والغضب . . .) على من هو أقل منه وأضعف لعجزه عن أخذ حقه ممن هو أقوى منه[١] .

علل نفسية مصاحبة:

١ ـ بعض صفات الشخصية التجنبية (انظر ص ٢٢٩) .

٢ ـ بعض صفات الشخصية الاعتمادية (انظر ص ٣٠٣) .

٣ ـ بعض صفات السذاجة (انظر ص ١٩٣) .

٤ ـ الخوف الاجتماعي (الرهاب الاجتماعي) : قلق وارتباك في المواقف الاجتماعية (عندما تتوجه الأنظار أو الأسماع نحو الشخص) يشعر عنده الشخص بزيادة نبضات القلب وارتعاش بعض الأطراف ونحو ذلك من الأعراض .

الأسباب المحتملة:

توجد عدة أسباب للخجل[٢] وهي مزيج من الضغوط النفسية الداخلية المرتبطة بالأجواء الجماعية التي يواجهها الشخص الخجول ومن ذلك :

الأسرة: * صرامة الوالدين وشدتهما وكثرة انتقادهما .

---

(١) انظر الإزاحة النفسية ص ٩٧ .

(٢) باختصار وتصرف يسير من كتاب الانفعالات ، التشخيص والعلاج د . النغيمشي .

* خوف أحد الوالدين وتردده وضعف جرأته.

* تناقض التوجيهات الصادرة من الوالدين وأساليبهما التربوية.

* ضعف الاختلاط الأسري[١] والمهارات الاجتماعية في الأسرة.

المدرسة: * الشدة والتضييق على الطلاب والطالبات.

* إشاعة الهيبة المبالغ فيها (خوف المعلمين بدرجة كبيرة...).

* تهميش دور الطالب في التفاعل التعليمي وجعل الطالب متلقيًا سلبيًا.

السلوك التوكيدي[٢]:

خصائصه	فوائده
١ـ أنه وسط بين الإذعان والتسلط.	١ـ يولد شعوراً بالراحة النفسية.
٢ـ يتوافق فيه السلوك الظاهري مع المشاعر الداخلية والأفكار.	٢ـ يمنع تراكم المشاعر السلبية (توتر ـ قلق ـ إحباط ـ كآبة ـ استياء ـ غيظ ...).
٣ـ أنه مقبول شرعًا وعقلاً وعرفًا وليس فيه أذى للآخرين.	٣ـ يقوي الثقة بالنفس.
	٤ـ به يحافظ المرء على حقوقه ويحقق أهدافه وطموحاته.
	٥ـ يعطي انطلاقًا في ميادين الحياة (فكرًا وسلوكًا) وهو من أهم طرق النجاح في الميادين المتنوعة.

(١) بين أفراد الأسرة أنفسهم، وبينهم وبين غيرهم.

(٢) د. صالح أبو عباة ـ الأستاذ المشارك في علم النفس بجامعة الإمام محمد بن سعود ـ مذكرة غير مطبوعة ، بتصرف وإضافات.

التدرب على السلوك التوكيدي

* وضع مدرج للسلوك المراد من واقع حياة الشخص ، ويبدأ فيه بالأهون ثم الأشد فالأشد.

* **التدرب المنظم على الجوانب الآتية:**

أ ـ التعبير عن الرأي الشخصي بقناعة ورضا (في الموافقة والمخالفة) .

ب ـ التعود على الرفض بأسلوب مناسب تؤكد فيه ما تريد دون ظلم للطرف المقابل مثل: آسف لا أريد هذا ـ عفواً لا أرغب ـ لا ، هذا لا يناسبني .

ج ـ التعبير عن المشاعر والعواطف الداخلية بصدق ووضوح ولباقة .

مثل : هذا لا يعجبني ، أشعر بعدم الارتياح لهذا الأمر .

د ـ التعود على استخدام ضمير المتكلم (دون مبالغة).

مثل : أنا لا أرضى هذا (بدلاً عن : الشخص لا يرضى هذا)، شعرتُ بقلق (بدلاً عن : الشخص يشعر بقلق إذا . .).

هـ ـ التدرب على التعبير الملائم لفظًا وسلوكًا .

* التواصل البصري المناسب (التقاء العيون بدرجة مناسبة أثناء الحديث) .

* وضوح الصوت (بعباراته ونبراته . . .).

* تناسق حركات اليدين والرأس والوقفة والجلسة مع ما يتطلبه الموقف .

و ـ استعمال ألفاظ المساءلة والاستنكار بلباقة .

(لماذا ـ كيف ـ متى ـ أين الدليل . . .).

٤ ـ التدرج مع الطرف المقابل في سلّم التوكيد :

* ابدأ بالتوكيد الأخف الذي يحقق لك مرادك بأدنى ثمن نفسي دون الدخول في مشادات مع الطرف المقابل.

* إذا لم يُجدِ التوكيد الأخف فصعِّد التوكيد تدريجيًا (بزيادة درجة الحزم شيئًا فشيئًا إلى أن تحصل على مرادك بأدنى ثمن نفسي، ولا تقفز إلى الظلم والعدوان أو تنحدر إلى الاستسلام والإذعان).

٤ ـ تصحيح الأفكار الخاطئة وتغيير القناعات السلبية المولّدة للإذعان مثل:

ـ إلزام النفس بكسب رضا الناس كلهم.

ـ تقديم رغبات الآخرين ومشاعرهم على حقوق المرء وراحته ومصالحه.

ـ الخلط بين الحياء والخجل.

ـ الخلط بين الحياء والتواضع.

ـ الخلط بين الحياء والإيثار.

* يروى عن عمر بن الخطاب (رضي الله عنه) قوله: «**يعجبني الرجل إذا سيم خطة ضيم أن يقول بملء فيه: لا**».

* قال الله تعالى: ﴿**وَإِن قِيلَ لَكُمُ ارْجِعُوا فَارْجِعُوا هُوَ أَزْكَىٰ لَكُمْ**﴾ [النور: ٢٨]. فقد أذن الشرع لصاحب البيت أن يرد الضيف بصريح اللفظ «ارجعوا» لأن صاحب البيت قد يكون في وقت راحة أو شغل أو مرض أو نحو ذلك أو لا يريد لقاء الضيف لأمر يتعلق بالضيف نفسه أو بظرف آخر، فأكد الشرع حرية التعبير عن عدم الرغبة في استقبال الضيف، رغم تأكيد حق الضيف وأهمية إكرامه كما في حديث: «**من كان يؤمن بالله واليوم الآخر فليكرم ضيفه ..**» متفق عليه.

وقال تعالى: ﴿**وَالَّذِينَ إِذَا أَصَابَهُمُ الْبَغْيُ هُمْ يَنتَصِرُونَ ۝٣٩ وَجَزَاءُ سَيِّئَةٍ سَيِّئَةٌ مِّثْلُهَا**﴾ [الشورى: ٣٩ـ٤٠].

وقال تعالى: ﴿وَلَكِنْ إِذَا دُعِيتُمْ فَادْخُلُوا فَإِذَا طَعِمْتُمْ فَانتَشِرُوا وَلا مُسْتَأْنِسِينَ لِحَدِيثٍ إِنَّ ذَلِكُمْ كَانَ يُؤْذِي النَّبِيَّ فَيَسْتَحْيِي مِنكُمْ وَاللَّهُ لا يَسْتَحْيِي مِنَ الْحَقِّ﴾ [الأحزاب: ٥٣].

من مجالات نجاح الشخص المستسلم.

أي مجال يتطلب البذل (ماديًا أو معنويًا) والتضحية والإيثار وخدمة الآخرين (سواء كان ذلك في مجالات اجتماعية أو دينية أو غير ذلك) فإن الشخص المذعن المستسلم تنساق نفسه في هذه المجالات بيسر وسهولة وقد يجد ممن حوله ثناءً وتمجيداً واستحسانًا يزيده مضيًا في هذا الطريق.

* * *

وكنت إذا قوم غزوني غزوتهم ... فهل أنافي ذا يا آل همذان ظالم
متى تحمل القلب الذكي وصارمًا ... وأنفًا حميًا تجتنبك المظالم

* * *

تعدو الذئاب على من لا كلاب له ... وتتقي حوزة المستأسد الضاري

* * *

التسلط والعدوان:

هو عكس الاستسلام والإذعان تماماً وفيه تبرز الصفات الآتية:

١ـ **التسلط على الآخرين وعدم مراعاة حقوقهم** (فضلاً عن مشاعرهم) بكثرة الأوامر والطلبات التي ليست بواجبة للشخص على غيره أو فيها مشقة على الطرف المقابل.

٢ ـ **الجرأة الزائدة عن حدها في إبداء الرأي** ووجهات النظر (إلى حد إلزام الآخرين بها في بعض المواقف) وفي مخالفة الآخرين ومجادلتهم.

٣ ـ **المبالغة في إظهار مشاعر الاستياء والغضب** والكره وعدم مراعاة مشاعر الآخرين في ذلك.

٤ ـ **الجرأة الزائدة في اتخاذ القرارات** وتنفيذها (وبتهور أحيانًا) وقد تكون قرارات حاسمة ومهمة ولا تقتصر تبعاتها عليه هو بل تمتد إلى غيره (أولاده ـ زوجته ـ شركائه ـ موظفيه ـ طلابه ـ جيرانه ـ أصدقائه . . . .).

٥ ـ **الإفراط في الاعتداد بالنفس** (بالرأي والقدرات) وتحدي الآخرين وعنادهم.

٦ ـ **الحملقة في عيون الآخرين بقوة** وقلة احترام وفوق ما يكفي للتواصل البصري المتبادل فهي نظرات تسلطٍ تُشعر الطرف المقابل وكأنه أمام عدو .

كرات عينك في العدا … تغنيك عن سل السيوف

٧ ـ **قوة في الصوت مع ارتفاع** في نبراته وتسلط في عباراته (أوامر ملزمة أو نواهٍ صارمة).

تهددنا وتوعدنا كأنا … كنا لأمك مقتوينا

أمثلـــة:

١ ـ كانت إضاءة إشارة المرور خضراء وأحمد يسير بسيارته نحوها مسرعًا ليدركها وكان أمامه سيارة أجرة تسير على مهل ثم لما أضاءت إشارة الحذر (الصفراء) توقفت سيارة الأجرة ولم يتمكن أحمد من تلافي الاصطدام بها، فنزل أحمد فاتلاً عضلاته وهو ممتلىء غضبًا وغيظًا فتوجه نحو قائد سيارة الأجرة المذهول وجذبه من مقعده وبصق في وجهه وصفعه وقال له: «ليش توقف قبل ما تصير الإشارة حمراء يا حـ . . .».

٢ ـ اشترى مزرعة كبيرة مترامية الأطراف وليس لها أسوار توضح معالمها وتحميها فبادر ببناء سور خرساني طويل رفيع واعتدى على الأرضين من حوله فامتد ■ أمتار شرقًا وغربًا وشمالاً وجنوبًا فزادت مساحة مزرعته ٥٠٠٠ متر مربع ولما جاءه أصحاب تلك الأرضين يجادلونه في عدوانه على حقوقهم غضب وانفعل وسب وشتم وكاد أن يلجأ إلى السلاح.

٣ ـ بعد مضي فترة وجيزة عقب الزواج واجه الزوج زوجته المعلمة بطلب واضح ومحدد وهو أن تعطيه ثلاثة أرباع راتبها وأن تصرف على نفسها من الربع الباقي لمشترياتها الخاصة وحاجات البيت وأيضًا ما يتعلق بمراجعة المستوصف والأدوية ونحو ذلك ولم يكن الزوج في ضائقة مالية فدخله الشهري فوق المتوسط ولديه رأس مال وتجارة ولكنه متسلط عدواني الطبع.

٤ ـ بعد تعيينه في منصبه الجديد بدأ المدير يكشّر عن أنيابه ويظهر مخالبه على كل من حوله ويستعمل صلاحياته في مصلحته الشخصية بتسلط وعدوان فأبعد من لا يرغبهم عن مواقعهم الوظيفية وقلّص مسئولياتهم وتوجه نحو أنداده وخصومه يطالبهم بمطالب ليست واجبة عليهم ويرعد ويبرق لهم بالأنظمة والقوانين ويتوعدهم باتخاذ قرارات حاسمة ضدهم إذا لم يذعنوا لمطالبه.

مفهوم خاطئ.

كثير من المتسلطين المعتدين يرىٰ الواحد منهم أن سلوكه في التسلط والعدوان من الحزم المطلوب وحقًا من حقوقه علىٰ الآخرين وأن هذا من قبيل الثقة بالنفس والاعتداد السليم بها وبقدراتها وأن الناس أو أكثرهم لا يجدي معهم سوىٰ هذه الأساليب الحازمة الحاسمة وإذا تساهل الشخص معهم اعتدوا وطغوا وبغوا[1].

من المشكلات التي تواجه المتسلط:

١ ـ كثرة الخلافات والمشادات الكلامية مع الناس من حوله وبغضهم له حتىٰ أقرب الناس إليه (الوالدين والإخوة والأخوات والزوجة والأولاد . . .).

٢ ـ الاعتداء علىٰ حقوق الناس قولاً وفعلاً، وقد يصل هذا الأمر إلىٰ خصومات كبيرة تبلغ المحكمة والقضاء (قذف ـ غصْب ـ ضرب . . . .).

٣ ـ مشكلات صحية ونفسية متنوعة (ارتفاع ضغط الدم ـ وداء السكري ـ والقلق والاكتئاب . . .).

٤ ـ ظلم الآخرين وما يترتب عليه من تبعات دينية (ذنوب وآثام وخطايا).

علل نفسية مصاحبة.

١ ـ بعض صفات الشخصية القاسية (انظر ص ٢٠١).

٢ ـ بعض صفات الشخصية المرتابة (انظر ص١٨٢).

٣ ـ بعض صفات الشخصية المضادة للمجتمع (انظر ص٢٩٦).

٤ ـ بعض صفات الشخصية النرجسية ولا سيما صفة الأنانية (انظر ص٢٣٧).

---

(١) انظر «رهبوت خير من رحموت» ص ١٥٠ .

توجيهات للمتسلط:

١ـ إدراك الفرق بين الحزم والعدوان.

٢ ـ التعود على الرفق في الأمور وحسن التعامل مع الناس فما كان الرفق في شيء إلا زانه (كما في الحديث الثابت) وحسن الخلق يرفع الله به الدرجات.

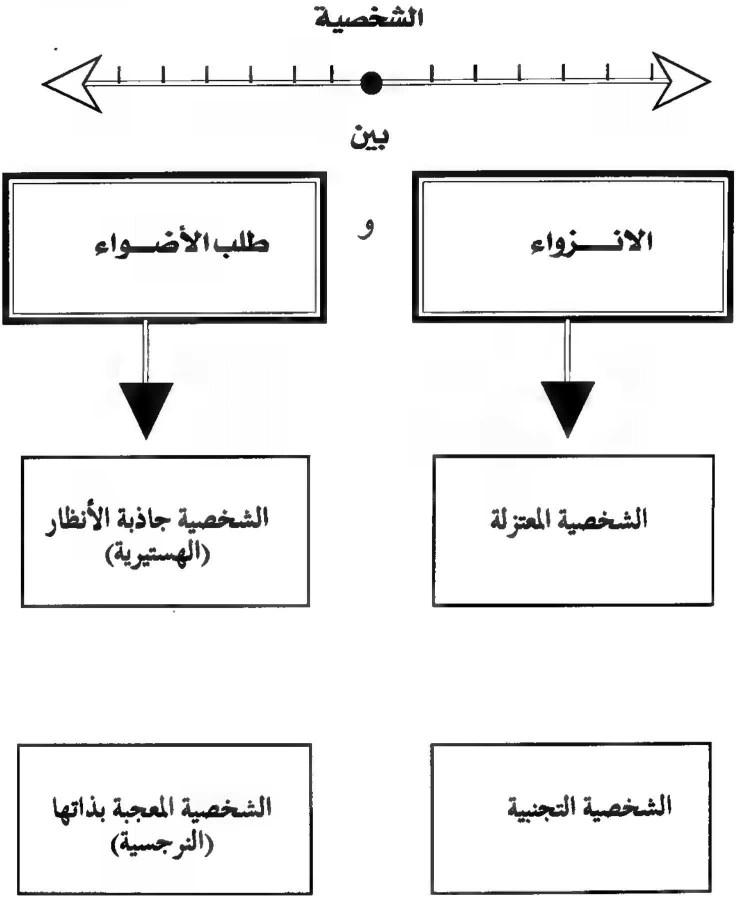
مجالات النجاح:

تلك المجالات التي تتطلب الجرأة والقوة في تحصيل المصالح الشخصية أو الجماعية:

* في الإدارة والمهام الإدارية.

* في المعاملات التجارية (قد يغلب غيره ويحافظ على حقوقه وينمي ثروته...).

* في المجالات العسكرية (المفاوضات السلمية والمعارك الحربية).


الشخصية
بين
الانـــزواء
و
طلب الأضـــواء
الشخصية المعتزلة
الشخصية جاذبة الأنظار
(الهستيرية)
الشخصية التجنبية
الشخصية المعجبة بذاتها
(النرجسية)

الشخصية المعتزلة (المنطوية)

إن الشخص السوي نفسيًا متوازن في خلطته للناس وعزلته عنهم فيخالطهم فيما ينفعه وينفعهم ويعتزلهم حرصًا على مصلحته الدينية أو الدنيوية في حدود ما يحقق المصلحة، وليست عزلته مستمرة لأنه كائن اجتماعي فيه مشاعر وعواطف تتأثر بالابتعاد عن مخالطة بني جنسه.

من العلل الشخصية ما ينعكس على المرء (سلوكًا وفكرًا وشعورًا) بالانفراد والانطواء واعتزال الناس، وهذه أبرز صفات الشخصية المعتزلة:

١ـ **تفضيل العزلة** والانفراد على الخلطة والاجتماع دائمًا، والاستمتاع بالبعد عن الناس والانفراد بالنفس ليس لأجل استثمار الأوقات أو الابتعاد عن أذى الناس أو جلساء السوء أو الحساسية من انتقادات الناس أو نحو ذلك وإنما هو انفراد بالنفس لغير سبب خارجي ويكون ذلك حتى في أوقات الفراغ (إجازة نهاية الأسبوعية والإجازة السنوية . . .)، ويفضل الاستمتاع الفردي على الاستمتاع المشترك (في الجلسات والرحلات . . .).

٢ ـ **برودة المشاعر** وانحسار العواطف (المحبة والشفقة والعطف والحنان) حتى مع الأهل والأولاد (وليس ذلك بسبب قسوة القلب وغلظة الضمير).

٣ـ **برودة الانفعالات النفسية** (الابتهاج والفرح والسرور والحزن والضجر والغضب والعداء . . .) وعدم المبالاة بالمواقف والظروف التي تثير المشاعر.

٤ ـ **ضعف التأثر بالانتقادات** والتوبيخ والقدح والتشجيع والمدح والثناء والإطراء (وليس ذلك لدافع خلقي أو ديني، وإنما طبع وجبلّة).

٥ ـ **ضعف التأثر بالنصح** والإرشاد والتوجيه (ليس بسبب العناد والرفض والتحدي وإنما لبرودة المشاعر وضعف تأثيرها على التفكير والسلوك).

٦ ـ **ضعف القدرة على التعبير عن المشاعر** الإنسانية (لعدم توفرها أو ضعفها في قرارة نفسه) وضعف الاشتياق إلى الأهل والأحباب حتى عند طول الفراق .

٧ ـ **تفضيل المجالات التي يغلب عليها الانفراد،** في الدراسة والعمل والاهتمامات والهوايات . . وغير ذلك، مع ضعف في الانسجام والتوافق والارتياح والاندماج مع الناس .

٨ـ **ضعف في التواصل اللفظي** (كلامه مختصر ومحدود وبدون مشاعر)، وغير اللفظي (نظراته وإشاراته باليدين والرأس . . .) .

٩ ـ **ضعف في التواصل مع المقربين** (في اللقاءات والزيارات) حتى مع شريك الحياة وربما ينام الزوج بعيداً عن زوجته[1] أياماً متتابعة ولا يجلس معها وهما في بيت واحد وقد لا يكترث بحاجات أبنائه وبناته (صحتهم ـ دراستهم ـ أخلاقهم . . . .) .

١٠ ـ **ضعف في المبادرة والتلقائية** والتحرك الذاتي والتفاعل الاجتماعي وفي القيام بالمسئوليات، مع التركيز على اهتماماته الفردية الخاصة به .

١١ ـ **الإغراق في أحلام اليقظة والاسترسال** فيها بدرجة كبيرة جداً (حتى في مرحلة ما بعد المراهقة) وعدم تحديد للأهداف المستقبلية .

أما مستوى الذكاء والقدرات العقلية فهو يختلف ويتفاوت، فمن هؤلاء أذكياء بارعون مبدعون[2] ولا سيما في المجالات الفكرية البحتة ومجال الحاسب الآلي والإليكترونيات ونحو ذلك. ومنهم من ذكاؤه متوسط أو دون المتوسط .

---

(١) ومنهم من لا يتزوج وإن تقدمت به السن أو يتأخر في الزواج وذلك لضعف الدافع الجنسي أو عدم الرغبة في الاندماج في أسرة وتحمل تبعات ذلك .

(٢) كالفرابي وبرناردشو وغيرهما من الشخصيات المعتزلة (بغض النظر عن عقائدهم ودياناتهم) .

أمثلـــة:

١ ـ طالب جامعي متفوق جداً في دراسته منغلق على نفسه، ليس له أي علاقات اجتماعية حتى أيام الإجازات لا يخالط أهله إلا نادراً ويقضي معظم وقته مع دروسه، وأوقات فراغه يمضيها مع شبكة الانترنت، بعد تخرجه من الجامعة بدأت أمه تبحث له عن زوجة وتحثه على الزواج لكنه غير مبال بذلك واستمر على حاله تلك وقد قارب الأربعين.

٢ ـ في دائرة حكومية مليئة بالموظفين والمراجعين وتعج بالحركة والعمل والعلاقات الوظيفية يوجد موظف ليس له علاقة بالبشر من حوله، يأتي إلى الدوام ويخرج بعد ساعات العمل الطويلة دون أن يشعر بوجوده أحد، فهو منعزل لا يتفاعل مع من حوله إلا بالسلام البارد الخالي من مشاعر التعارف والتآلف حتى بعد العودة من الإجازات، هذا الموظف لا يلقي بالاً لما يقال عنه من خير أو شر.

٣ ـ شكت زوجته من طباعه وصفاته تقول: زوجي منطو على نفسه حتى في البيت يمكث في المجلس يقرأ الجرائد والمجلات عدة ساعات ويشرب الشاي وحده وإذا جلست معه لا يتكلم بكلمة واحدة، لا أذكر أنه صارحني بالمحبة والإعجاب حتى لو تزينت له بأحسن الزينة. وبعد ولادتي بقيت عند أهلي فترة النفاس ولم يزرني سوى مرة واحدة وكانت زيارة باردة ولم يسأل عن ابنته، يقضي وقته في البيت وليس له أصدقاء ويحرجني إذا دعاه أهلي إلى مناسبة فهو لا يحضر مهما كانت المناسبة مهمة حتى وليمة عقيقة ابنته، أنا التي توليت الإعداد لها.

الشخصية التجنبية

إن الشخص السوي نفسيًا لديه قدر متوسط من القابلية للتأثر بانتقادات الآخرين والانزعاج منها ولديه الرغبة في الحرص على كرامته ولا يمنعه ذلك من مخالطة الناس والتفاعل معهم وإن احتاج إلى اجتناب بعضهم (كالثقلاء والمغرورين والسفهاء . . .) أما صاحب الشخصية التجنبية فهو مبالغ في اجتنابه الآخرين ولديه علة في شخصيته، هذه أبرز صفاتها :

١ـ **تجنب الاندماج الاجتماعي** ومخالطة الناس خوفًا من الانتقادات وهربًا من الإحراجات المتوقعة (الارتباك ـ الخجل . .) رغم الرغبة في المخالطة وعدم الاستمتاع بالوحدة (مقارنة بالشخصية المعتزلة).

٢ـ **الانزعاج الشديد والحساسية المفرطة من انتقادات الناس** وملحوظاتهم والمبالغة في استقبالها وتفسيرها بأنها تدل على الازدراء والسخرية أو الرفض والكره والبغض، فتكاد تجرحه نسمات الريح وكأنه يتمثل قول الشاعر :

من عاشر الناس لاقى منهم نصبًا   لأن طبعهم بغي وعدوان

٣ ـ **التحرز من المهام والأنشطة الاجتماعية** التي تتطلب تفاعلاً مع الآخرين ولا سيما تلك الأعمال التي تتطلب شيئًا من المواجهة والحزم والتفاوض.

فشعاره قول القائل :

كن عن جميع الناس في معزل   قد يسلم المعزول في عزلته

٤ ـ **نقص واضح في مهارات التواصل الاجتماعي** ومهارات إثبات الذات مع الميل إلى المسالمة وتحاشي الخلافات والمواجهات مع الآخرين خوفًا منهم لا لدافع ديني أو خلقي.

فشعاره قول القائل :

من سالم الناس يسلم من غوائلهم   وعاش وهو قرير العين جذلان

٥ ـ **التقوقع والانكفاء على الذات والإحجام** عن المبادرة وعن إظهار الإمكانات والقدرات أو الدخول في منافسات.

٦ ـ **المبالغة في احتقار الذات** وتصغير القدرات وتدني الطموحات.

من العلل المصاحبة:

١ ـ صفات الاستسلام وضعف توكيد الذات (انظر ص ٢١٢).

٢ ـ المبالغة في الرأفة والعطف (انظر ص٢٠٤).

٣ ـ صفات الشخصية ذات المقاومة والعدوان السلبي (انظر ص٢٩٨).

٤ ـ المبالغة في طلب الكمال والمثالية وشيء من صفات الشخصية الدقيقة الحريصة (انظر ص ٢٧٢).

٥ ـ الرهاب الاجتماعي (القلق والارتباك عند القيام بمهام أمام الآخرين).

أمثلـــة:

١ ـ منيرة معلمة في المرحلة الثانوية شديدة الشعور بالحرج من أسئلة الطالبات وملحوظاتهن على طريقة تدريسها، قليلة الاختلاط بزميلاتها كثيرة الهرب من المسئوليات اللاصفيّة، إذا حضرت الموجّهة حصتها شعرت بالارتباك الشديد وإذا أبدت الموجهة لها بعض الملحوظات تأثرت بشكل كبير لمدة طويلة.

٢ ـ أبو إبراهيم له مجموعة أقارب يجتمعون كل أسبوع في استراحة جميلة، هم وأولادهم يتبادلون الأحاديث والمزاح وكثيراً ما يسألون عنه ويلحون عليه بالحضور لكنه يعتذر منهم بأعذار تبدو متكلفة وإذا حضر معهم فنادراً ما يبدي رأيه في أي أمر وإن أشركوه في المزاح تضجر وقاطعهم فترة طويلة، يبالغ في تصغير نفسه وتراجعه عن أمور هو قادر على أدائها بكفاءة لو أقدم عليها.

توجيهات لصاحب الشخصية التجنبية:

السلوك التوكيدي ص ٢١٧ ، والثقة بالنفس ص ٢٥٧ .

* * *

لدن إذا لو ينت سهل معطفـــي ... ألوى إذا خوشنت مرهوب الشّدا

* * *

وما بي على من لان لي فظاظة ... ولكنّـــي فــظٌ أبيٌّ على القسر

* * *

الشخصية جاذبة الأنظار (الهستيرية)

قد يحتاج الشخص السوي نفسيًا أن يلفت أنظار من حوله إلىٰ أمر مهم له أو لهم (كإنجاز قام به أو سلعة اشتراها أو نحو ذلك) لكنه لا يبالغ في ذلك كمًّا ولا كيفًا ولا يكون هدفه مجرد لفت الأنظار وإنما يجعل ذلك وسيلة لما وراءه من غايات وأهداف نبيلة.

من الناس من لديه علة في هذا الجانب فيبالغ في لفت الأنظار وجذبها إليه ويجعل ذلك غاية في حد ذاتها ويسعىٰ إليها بكل وسيلة يستطيعها وأبرز صفات هذه الشخصية:

١ ـ **الولع بجذب أنظار الناس**، والاستحواذ علىٰ انتباههم واهتمامهم باستمرار والاستمتاع بذلك (والانزعاج من ضده).

ويكون ذلك بأكثر من شكل وصورة؛ في المظهر والتصرفات والكلام، مع التركيز علىٰ المبالغة في استخدام لغة الجسد والتصرفات أكثر من لغة الكلام.

٢ ـ **المبالغة في التعبير عن الانفعالات** والمشاعر بتصرفات وعبارات قد لا تتلاءم مع الموقف، وفيها سرعة استثارة واشتعال مشاعر، اشتعال ظاهري خارجي قصير المدىٰ سريع الزوال (أيًا كانت المشاعر: مشاعر سرور وفرح أو حزن وترح أو غير ذلك) وأحيانًا يعجز عن التعبير عن المشاعر.

٣ ـ **المبالغة في إظهار النشاط** والحيوية، مع الميل إلىٰ كثرة التجديد والتنويع في الاهتمامات والمظاهر والممتلكات والعلاقات الشخصية (تبعًا لما يحقق جذب الأنظار) إضافة إلىٰ كره الروتين والنمطية.

٤ ـ **المبالغة في إقامة علاقات اجتماعية كثيرة** ومتنوعة ولا سيما مع ذوي الجاه والمال والمناصب، من أجل دخول دائرة الاهتمام الاجتماعي والتواجد تحت

الأضواء الساطعة التي تجذب نحوها الأنظار ولذا تغلب على تلك العلاقات سرعة التقلب والتحوّل تبعًا لمواقع الأضواء.

٥ ـ **سطحية التفكير وضحالته** وبعده عن الواقع مع السذاجة وسرعة الاستجابة والقابلية للإيحاء والتبعية للآراء الآخرى والتأثر بها دون تمحيص (رغم سعة الخيال الوجداني أحيانًا).

٦ ـ **ضعف الهمة والتحمل** وسرعة الضجر مع قصر النظر وضعفه عن التطلع للمستقبل والاستعداد له والالتفات للماضي والإفادة من دروسه.

٧ـ **فقد الصبر والمثابرة** وعدم القدرة على تحمل إبطاء النتائج أو أن يقع ما لم يكن في الحسبان أو ما لم يكن مرغوبًا، وعند التعرض للضغوط النفسية والأزمات والإحباط يبرز استعطاف الآخرين وجذب الانتباه بصورة ملحوظة.

٨ ـ **استطلاع مشاعر الآخرين** واهتماماتهم وما يثير إعجابهم والتعرف على ما ينفِّرهم ويسخطهم ورصد ذلك بدقة والإفادة من ذلك لجذب الأنظار وكسب اهتمام أكبر عدد ممكن من الأشخاص، فهو يتماشى مع ما يطلبه المشاهدون والمستمعون ولكن حسب طريقته هو وفهمه.

٩ ـ **استخدام السلوك الإغرائي** للجنس الآخر (إذا ضعف الوازع الديني) كالمبالغة في الزينة والتغنج في الحديث والتصرفات[1].

١٠ ـ **طلب السعادة من خلال تحقيق إعجاب الآخرين** والحصول على رضاهم، ويرى الشخص نفسه أنه اجتماعي مرح محبوب يوافق الآخرين

---

(١) وقد أوضحت الأبحاث النفسية أن الغالبية العظمى من النساء ذوات الشخصية الهستيرية لديهن ضعف وبرود جنسي رغم السلوك الإغرائي والتغنج.

يُحسبن من لين الحديث زوانيا ويهن عن رفث الرجال نفار

ويوافقونه ويسعدهم ويعجبون به، فقيمته عند نفسه قائمة على توهمه لتصور الآخرين له.

١١ـ التعامي عن عيوب النفس وقلة الاستبصار بها أو السعي في إصلاحها.

١٢ ـ تبذير المال وتشتيت الجهود والطاقات لأجل كسب استحسان الناس.

١٣ ـ الانشغال بالمظاهر الجوفاء البراقة الطنانة والغفلة عن حقائق الأمور ومخابرها وجواهرها.

أمثلــة:

١ـ هيفاء فتاة جميلة[١] حريصة بشكل مبالغ فيه على أناقتها ورشاقتها، تتابع الموضات الجديدة أولاً بأول (في الملابس والعطورات والمكياج وقصات الشعر) أرهقت أهلها بكثرة طالباتها ومشترياتها، كلما اجتمعت مع زميلاتها في مجلس أثارت أي موضوع يحرك الأنظار إليها وإلى زينتها فمرة تبدأ الحديث حول أحدث العطورات وتذكر بعض مواصفاته وبكم اشترته، ومرة تتحدث عن الرجيم الذي تتبعه وكم أنقصت من وزنها، ومرة تتحدث عن أبطال المسلسلات الأجنبية والأفلام والمسرحيات ومواقع الانترنت.

٢ ـ سلمى شارفت على الأربعين من عمرها وهي أم لأربعة أطفال ولا تزال تحرص على أن تبدو وكأنها تحت العشرين تهتم كثيراً برأي الناس في شكلها وفستانها وقصة شعرها وفي بعض الحفلات تلبس ملابس لافتة للنظر بشكل فاضح جدًا وتتعمد الاستعراض أمام الحاضرات حتى ولو ظهر ما فوق ساقها أو بعض صدرها (أو بعض ما بين ذلك)، وأحيانًا تنقش الحنّاء على صدرها بشكل لافت للنظر. زوجها يشكو من تفاهة اهتماماتها وعدم قدرتها على القيام بأمور

---

(١) ولا يغرنّك الوجه الجميل فكم ... في الزهر سُمٌّ وفي العشب عُقّار

المنزل بشكل حسن (في الطبخ ومتابعة الأولاد . . .).

٣ ـ خالد شاب ناعم متغنج في مظهره وتصرفاته فشعره لا يختلف في طوله وقصته عن شعر أخته وكذلك عطره الخاص الذي يحتفظ به في سيارته عطر نسائي مشهور وهو يعلم ذلك ويعجبه أن يتعطر بذلك العطر ويمر وسط السوق فيلفت الأنظار بشكله العصري ولا سيما أنه يقوم أحيانًا ببعض الحركات غير الطبيعية وإصدار بعض الضحكات الغريبة، وأما هاتفه النقال فلا يكف عن إصدار النغمات المتنوعة وخالد كل مرة يستقبل مكالمة جديدة ويرفع صوته في حواره ليُسمع من حوله في السوق ولا سيما الفتيات المبرقعات وقد يدخل خلفهن إلىٰ بعض المحلات النسائية و . . . .

٤ ـ نوف فتاة جامعية عاطفية جدًا (وتقول عن نفسها إنها رومانسية) تفكيرها سطحي، تتعلق بسرعة بمن يبدي الإعجاب بها وقد سبق أن تعلقت في المرحلة الثانوية عاطفيًا بإحدىٰ الطالبات ثم بعد سنة تعلقت بإحدىٰ المعلمات والآن قلبها معلق بشاب رآها في السوق وبادلها النظرات بإعجاب ورمىٰ إليها رقم هاتفه ويكلمها بكل حب وإعجاب (كما تقول) وطلب منها مجموعة صور متنوعة لها، وهي سعيدة بهذا الإعجاب.

علل نفسية مصاحبة:

١ ـ بعض صفات الشخصية متقلبة المزاج والعلاقات (انظر ص٣١١) ويسمىٰ هذا المزيج **«بالشخصية الطفلية»** وهي شخصية هستيرية بدائية لم تكتمل قواها العقلية لتصبح شخصية هستيرية تامة.

٢ ـ بعض صفات الشخصية النرجسية المعجبة بذاتها (انظر ص٢٣٧) وبين هاتين الشخصيتين نقاط اشتراك كثيرة[1] فكلاهما يطلب الأضواء وجذب الأنظار

(١) ولذا فإن التصنيف الدولي للأمراض النفسية والعقلية لا يميز النرجسية ويخصصها باضطراب مستقل من اضطرابات الشخصية وإنما يعدها حالة شديدة من حالات الشخصية الهستيرية ولكنها أكثر منها نضجًا ولباقة في طلب الاهتمام وذلك من خلال التركيز علىٰ الانجازات العالية اللافتة للأنظار.

ولكن النرجسي يستعمل في ذلك تلميع الذات وتضخيم القدرات بطريقة فيها مبالغة وأنانية وعجب بالنفس واستعلاء على الغير.

٣ ـ بعض صفات الشخصية الاعتمادية (انظر ص ٣٠٣).

٤ ـ القلق والمخاوف بأنواعها.

٥ ـ الهستيريا التحولية (عطل نفسي في أعصاب الحس ـ كالبصر أو السمع ـ أو أعصاب الحركة أو إغماء مصطنع وحركات هستيرية متنوعة يقوم بها الشخص عند التعرض لضغط نفسي لا يستطيع تحمله).

٦ ـ مشكلات مع الأهل والأقارب والأصدقاء، ومع شريك الحياة :

* تصرفات غير لائقة شرعًا وعرفًا.

* ضعف القدرة على القيام بالمسئوليات مع سطحية التفكير والاهتمامات وقد يؤدي ذلك إلى الطلاق (وأحيانًا يتكرر الزواج والطلاق).

٧ ـ إحباطات متكررة واضطرابات التكيف النفسي مع الأزمات لضعف القدرة على التحمل والصبر.

الشخصية المعجبة بذاتها (النرجسية)

لكل منا ذات وقدرات وطاقات يختلف فيها عن الآخرين، وقد يكون فيه عيوب ونقص في بعض جوانب شخصيته تفرقه عن غيره.

يتفاوت الناس في تصورهم لذواتهم وقدراتهم وما لديهم من طاقات وإمكانات. فمنهم السوي الذي يعرف نفسه وقدرها فلا يرفعها فوق مكانتها ولا يبخسها حقها ويسعىٰ في حياته إلىٰ تحقيق طموحاته واستثمار طاقاته بشكل معقول دون تضخيم لشأنه وبما لا يسبب له مشكلات في محيطه ومع زملائه وأصحابه وأقرانه، ولا ما يتعارض مع القيم الدينية والاجتماعية فهو يتسم بالصراحة ولا يبالغ (وقد يتواضع ولا يذكر إنجازاته وإمكاناته).

ومن الناس من يهضم نفسه حقها وينزلها دون منزلتها ويتقوقع علىٰ نفسه رغم ما لديه من إمكانات وطاقات وقدرات (انظر الشخصية التجنبية ص ٢٢٩).

وأما النرجسي فإنه من فئة ثالثة، فئة تتسم بالإعجاب بالنفس وتضخم مفهوم الذات تضخمًا لا يشفع له الاعتذار ولا يجدي معه التغاضي عنه. يرىٰ أحدهم نفسه بعدسات تكبير مضاعفة ويرىٰ الآخرين بعدسات تصغير مضاعفة. يغلب عليه الإعجاب بالنفس والكِبر والأنانية والادعاء والكذب والرياء.

كما قال قائلهم (المتنبي):

فدع عنك تشبيهي بما وكأنه　　　فما أحد فوقي وما أحد مثلي

وقديمًا قال فرعون: ﴿**أنا ربكم الأعلى**﴾ وقبله إبليس قال: ﴿**أنا خير منه**﴾ وغيرهم من المتكبرين المعجبين بذواتهم وممتلكاتهم كقارون وصاحب الجنتين،

وبعض كفار قريش ممن غلب العجب والكبر على شخصياتهم. كما عُرف بها بعض الشعراء والأدباء الذين تركوا لنا بعض أشعارهم شاهدًا على كبرهم وعجبهم، ومنهم المتنبي في كثير من أشعاره مثل قوله:

الخيل والليل والبيداء تعرفني ... والسيف والرمح والقرطاس والقلم

أنا الذي نظر الأعمى إلى أدبي ... وأسمعت كلماتي من به صمم

وكذلك عمر بن أبي ربيعة في أشعاره الغزلية، ونزار قباني وغيرهم.

ويقول آخر:

أتيه على جن البلاد وأنسها ... ولو لم أجد خلقًا تهت على نفسي

أتيه فلا أدري من التيه من أنا ... سوى ما يقول الناس فيّ وفي جنسي

حتى الأشعار الشعبية تحدثت عن هذه العلة[1].

صفات هذه الشخصية كثيرة وملامحها متعددة، وقد لا تجتمع في شخص واحد، لأجل تفاوت هؤلاء في كثير من الأمور كالذكاء والقدرات العقلية والمهارات الاجتماعية والإمكانات المادية وغير ذلك.

يكثر انتفاخ الذات عند الشباب خصوصًا في مرحلة المراهقة حيث لا تزال السمات الشخصية تتبلور والثقة بالنفس تتأرجح بين دونية الطفولة وعلوية أحلام اليقظة وخيالاتها.

---

(١) يقول الشاعر الساخر حميدان الشويعر:

ومن الجماعة كالضبيب المتنفخ ... متبتخر يسحب ثوبيه من ورا

كن الضعيّف شايل سبع الطبق ... هو ما درى إنه خف ريش الحمّرا

أبرز صفات النرجسية[1] (العُجب ـ الكبر ـ الأنانية)

• **الإعجاب الزائد بالنفس (العُجب):**

١ ـ **يشعر بعظم شأنه وأهمية أمره** وأنه فوق أقرانه وخير من كثير ممن حوله فتصوره لنفسه أكبر بكثير من حقيقة واقعه.

٢ ـ **المبالغة في تلميع نفسه** وإظهار ما عنده بأحسن صورة (حتى في الملبس والمركب والمقتنيات).

٣ ـ **يمدح نفسه بتكرار واستمتاع**(مباشرة أو غير مباشرة)، بمناسبة أو بدون مناسبة كما يثني على أهله وبلدته وقبيلته وأولاده وزوجته وشهاداته وتجارته وإنجازاته ويولع بالمفاخرة ومطاولة غيره.

٤ ـ **يستمتع ويتلذذ بثناء الآخرين عليه** ومدحهم له وترتفع بذلك معنوياته.

٥ ـ **يُكثر من لفت الأنظار إليه** ويطلب الاستحواذ على انتباه الناس واهتمامهم بأقواله وأفعاله وجاهه وماله ومناصبه ويكثر من ذلك في المجالس والاجتماعات وربما في وسائل الإعلام وكأنه يريد الدنيا كلها أن تصغي إليه وتقصر الطرف عليه دون غيره كما قال المتنبي :

وتركك في الدنيا دويًا كأنما　　　تداول سمعَ المرء أنْمُلهُ العشرُ

---

(١) هذه صفات النرجسية عند تكامل ملامحها وبلوغ أشدها وقد لا تتواجد هذه الصفات كلها بالصورة المذكورة أعلاه إلا في فئة قليلة من النرجسيين أما الغالبية العظمى منهم ففيهم بعض الصفات دون بعض، وبحدة أقل مما هو مذكور أعلاه.

ويرىٰ وكأن العالم وأحداثه تدور حوله هو (وهذا ما يُسمىٰ بالتمركز حول الذات).

٦ ـ **الإدعاء والافتراء** بأن لديه من الممتلكات والقدرات والإنجازات شيئًا كبيراً مهمًا ومتميزاً علىٰ غيره.

٧ ـ **يتصور ويُوهِم الآخرين بأنه يعرف كل ما يدور حوله** من أمور ويفهم **فيها** حتىٰ التفاصيل الدقيقة (سواء أمور علمية أم اجتماعية أم اقتصادية أم غير ذلك . . .).

٨ ـ **يبالغ في طموحاته وأحلامه وأفكاره** ومشروعاته ويدعي الألمعية والعبقرية والذكاء والمثالية و . . . . . . و . . . . . .

٩ ـ **يتطلع إلى الألقاب الفخمة والمؤهلات** والممتلكات والمناصب التي تنصبّ إليها أنظار الناس وتجلب إعجابهم (رئيس . . . مؤسس . . . مدير . . .).

١٠ ـ **تجذبه الوظائف والأعمال ذات الوجاهة الاجتماعية.**

١١ـ **التشدق في الكلام** والتوسع فيه بالمبالغات لتلميع الذات وأحيانًا دون احتراز واحتياط ممن يعلمون حقيقة حاله.

١٢ ـ **المبالغة في الظهور أمام الآخرين بمظهر الواثق بنفسه** جداً جداً، حتىٰ في الأمور التي لا يحسنها.

١٣ ـ **قد يمدح الآخرين من باب إعجابه بنفسه:** (كأنه يقول: أنا الذي أعطي هؤلاء الوجاهة وأُكسبهم السمعة الحسنة عند الناس).

١٤ ـ **يهتم كثيرًا بالأفضلية والأسبقية** (مثلاً: أنا أول من . . . عندي أفضل

. . . أكبر . . . أجمل).

١٥ـ **يتبوأ صدر المجلس ويمسك بزمام الحديث** ويكثر من التعقيب بعجب وتمركز حول الذات.

إذا عصف الغرور برأس غرٍّ ... توهم أن منكبه جناح

• الكبر والتعالي:

وهو مرتبط بالعجب ارتباطًا وثيقًا وقلّما يوجد معجب بنفسه وليس فيه كبر، فالنرجسي كالطاووس مشغول بجماله مفتون بنفسه متغطرس على غيره، ومظاهر الكبر تشمل:

١ ـ **الاستعلاء على الآخرين** (وتصور أنه فوقهم بمراحل)، والتعامل معهم بغطرسة واستنكاف.

٢ ـ **غمط الناس واستنقاصهم** (خصوصًا أقرانه ومنافسيه) والإكثار من ذكر مثالبهم، وتقليل إيجابياتهم وتصغيرها، يقول أحدهم:

إلى الذين سمائي فوق عالمهم ... وفوق كل عظيم فوقهم قدمي

٣ ـ **بطر الحق وردّه إن كان يقلل من شأنه**، وإيجاد المسوغات المتكلفة لذلك.

قال ابن سناء الملك:

ولو كان إدراك الهدى بتذلل ... رأيت الهدى ألا أميل إلى الهدى

ولو علمتْ زهر النجوم مكانتي ... لخرّت جميعًا نحو وجهي سُجّدا

أرى الخلق دوني إذا أراني فوقهم ... ذكاء وعلمًا واعتلاء وسؤددا

٤ ـ **شدة الأنفة والكبرياء خصوصًا** ممن دونه من الضعفاء والمساكين والعامة .

٥ ـ **شدة التأثر بالانتقاد** مهما كان يسيراً أو غير مباشر وقد يتوهم أنه مقصود بما سمع وأن ما قيل أو ما عُمل إنما هو لأجل الانتقاص من حقه، ويبادر بانتقاد مماثل.

٦ ـ **الميل إلى المفاخرة** ومطاولة الناس حتى بتوافه الأمور.

٧ ـ **يمقت كل من ينتقصه** أو يعارضه أو يقف في طريقه ويحقد عليه حقداً شديداً طويلاً حتى ولو كان ذاك الناقد ناصحًا له.

٨ ـ **شديد الاعتداد برأيه كبرًا وعلوًا** ولا يتنازل عنه وإن كان رأيه بعيداً عن الصواب.

٩ ـ **يرى أن له على الناس مزية** وأنه لابد أن يُحترم ويعامل معاملة خاصة تليق بمنزلته المتوهمة.

١٠ ـ **يميل إلى الوصول إلى مراكز السيطرة** والرفعة تكبراً وتحكمًا في الآخرين.

١١ ـ **يكاد لا يعترف بخطأ فيه** أو قصور أو نقص استكباراً وعلواً على الناس.

● **الأنانيـــة:**

١ـ **مصلحته دائمًا أهم عنده من أي اعتبار آخر**[١].

٢ ـ **يستغل المواقف والناس للعمل لحسابه** وخدمته وكأن ذلك حق له عليهم.

٣ ـ **لا يتنازل عن شيء من حقوقه** مهما كان يسيراً ولا يبذل لغيره إلا بمقابل (مادي أو معنوي).

---

(١) وحكمته «حافر الفرس تفديه جبهة العير»، كما تقول العرب.

٤ ـ **يستخرج حقوقه عند غيره** ويستقصيها دون أن ينقص منها شيء مهما كانت ظروف الطرف المقابل ولا يبالي بمشاعر غيره.

٥ ـ **يحسد الناس بدرجة كبيرة** خصوصًا الأقران والمنافسين ومن هم أفضل منه ويتمنى أن تزول النعم التي عندهم وأن ينخفضوا ليرتفع عليهم.

٦ ـ **يتوهم أنه محسود يبغضه الآخرون لتفوقه عليهم.**

٧ ـ **ينسب لنفسه إنجازات غيره وحسناتهم** وقد يقتبس أفكارهم ويعيد صياغتها ويدعي إبداعها (الاستدماج النفسي)[1].

٨ ـ **لا يشغله في العالم أمر مهم سوى نفسه** وما يمت لها بصلة وما يخدم مصالحه وليس لديه مشاعر التعاطف والمشاركة الوجدانية للآخرين، حتى مع شريك الحياة.

وقد يتصف النرجسي بصفات المخادعة والمخاتلة والنفاق الاجتماعي[2] والانتهازية ويستغل الناس والإمكانات للعمل لصالحه ويوهمهم أن هذا للمصلحة العامة أو مصلحتهم كما فعل فرعون مع قومه حينما أوهمهم أن موسى جاء ليبدّل دينهم ويظهر في الأرض الفساد وأنه (فرعون) ناصح يهديهم سبيل الرشاد، وقد يبحث عن مواقع السيطرة والنفوذ إداريًا واجتماعيًا وماليًا ليخدم مصالحه الخاصة ويواجه من يقف أمامه.

أمثلـــة :

١ ـ في اجتماع لأهل الحي امتلك أبو ناصر صدر المجلس وبادر بالحديث عن

---

(١) انظر ص ٨٤ .

(٢) انظر الشخصية المحتالة ص ٢٨٤ .

رحلته في الصيف الماضي إلىٰ أوربا والأماكن التي زارها في باريس وفرانكفورت ولندن ثم تحدث عن تجارته ومدح نفسه كثيراً وبالغ في طموحاته وأحلامه، وكان خلال حديثه رافعًا هامته مسترسلاً في كلامه دون شعور بأدنىٰ حرج أو حياء، وعندها دخل أحد القادمين وكان موظفًا كبيراً في وزارة الصحة فسأله بعض الحاضرين عن بعض الأمور الصحية وعن طرق الوقاية منها فلما بدأ بالإجابة تدخل أبو ناصر واستلم زمام الحديث مرة أخرىٰ وأخذ يخوض في الأمور الصحية وعرّج علىٰ علاقاته بالمسئولين الكبار بوزارة الصحة وأنه استضاف بعضهم في مزرعته و . . .

٢ ـ طبيب[1] حديث عهد بالتخرج بدأ في برنامج دراسات عليا (شهادة الزمالة الطبية)، يتعامل مع من تحته باستعلاء ويكثر من لفت الأنظار إلىٰ نباهته وفطنته وعلمه حتىٰ إنه بدأ يصدر أوامر طبية للممرضات تخالف توجيهات الاستشاري المشرف عليه وإذا اعترض عليه أحد استكبر وتغطرس كالطاووس وأخذ يذكر بعض أسماء البحوث الحديثة وآخر ما اطلع عليه في المراجع وعبر الانترنت. يتطلع إلىٰ لقب أفضل طبيب (الطبيب المثالي) في المستشفي ويبالغ في تلميع نفسه بالأقوال والأفعال، انتقده مرة أحد زملائه في خطأ واضح وقع فيه فما كان منه إلا أن انفعل بكبرياء وترفّع وأحيانًا يعامل المريض وكأنه بهيمة ليس لها إلا السمع والطاعة لأقواله وأفعاله . . .

٣ ـ كان يطمح إلىٰ زوجة عالية المواصفات خصوصًا وأنه طالب جامعي متفوق وعلىٰ قدر كبير من الأخلاق. طلب من أخته البحث له عن زوجة بتلك

---

(١) تكثر صفات النرجسية في أصحاب القدرات العقلية العالية كالأطباء والمهندسين وأساتذة الجامعات وفي الأثرياء ونحوهم.

المواصفات وماهي إلا أسابيع قليلة حتىٰ وجدت ضالته إنها فتاة جميلة متفوقة في دراستها ومن أسرة ذات دين ونسب وشرف، تقدم إلىٰ أهلها ووافقوا ثم رآها ورأته وتم الزواج، بدأ يلاحظ أنها أنانية بعض الشيء ولا تتنازل عن شيء من مصالحها وفيها استعلاء وغرور ولا سيما بجمالها وبنسبها وترىٰ أنها تفضّلت عليه بأن قبلته زوجًا لها وأحيانًا تذكر له أسماء من تقدموا لخطبتها قبله وتذكر ميزاتهم وشهاداتهم، حاول الزوج توجيهها بالحكمة والرفق فلم تتغير ثم بدأ باستعمال شيء من الشدة والحزم فثارت ثائرتها عليه وعلىٰ أهله وتركته إلىٰ بيت أبيها وإذا بأمها تنتصر لها قائلة: «ألف واحد يتمنونك . . . .».

٤ ـ أنشأ مؤسسة تجارية وكان مهتمًا بتسويق بعض السلع والأجهزة وحقق نجاحًا لا بأس به ثم بدأ يطغىٰ عليه شعور بعظم شأنه فأخذ يبالغ في تلميع نفسه وقدراته وأهمية مؤسسته وصار يعلن في الصحف إعلانات كبيرة فوق مستوىٰ مؤسسته ويدّعي أن رأس مال المؤسسة أكثر من ثلاثين مليون ريال (وهو يعلم أنه لم يصل الخمسة ملايين)[1]، واستطاع الحصول علىٰ امتياز توزيع بعض الأجهزة ووكالتها فأخذ يكيل لها المديح تلو المديح (أفضل جهاز . . . أسرع . . . .) وعندما لاحظ منافسة من إحدىٰ الشركات الكبرىٰ استكبر واستعلىٰ وقام باستئجار عمارة كبيرة في موقع تجاري بارز واقترض من أحد البنوك مبلغًا كبيراً من المال . . .

(١) هذا من قبيل قول العامة: «كَبّر قفاك ولو بالخرق» وقولهم: «كُبرْ الجهام ولا شماتة الأعداء».

لماذا سمي المعجب بنفسه نرجسيًا؟

النرجس نبات معروف له زهر جميل يختلف عن غيره من الزهور بكونه يلتف على نفسه بطريقة تشعر الناظر وكأن هذه الزهرة تنظر إلى نفسها بشيء من الزهو والعجب والتيه ولا تهتم بالظروف من حولها (الرياح والشمس والمطر . . .) لا يشغلها عن نفسها والافتتان بذاتها شاغل ولا تبالي بما حولها من الزهور أيًا كانت وترى وكأنها ملكة الزهور التي لا يرتقي إلى منزلتها شيء مع أنها في الأصل من فصيلة نباتية رديئة كما قال ابن الوردي :

«وهل ينبت النرجس إلا من بصل» .

فهذه الزهرة مع حالها وبيئتها كالمعجب بنفسه مع الناس من حوله . وتذكر بعض المراجع النفسية أن سبب التسمية أسطورة قديمة (أغريقية أو يونانية) خلاصتها أن شخصًا اسمه نرجس أُعجب بنفسه لما نظر إليها على صفحة الماء فافتتن بذاته وأولع بها وصار متكبراً على غيره وباسمه سمي نبات النرجس ومن ثم النرجسية .

هل يدرك النرجسي علته؟

في الغالب لا يدرك النرجسي علته ولا يستبصر بما فيه من خلل لأنه يرى نفسه على صواب وأنه ينبغي أن يعرف قدره ويُحتفى به أكثر من غيره ، وأن ما يقال عنه من الذم إنما هو كذب من حساده لعدم توفر الصفات التي يمتلكها[1] فيهم (أو بعضها) ، ولذا فإنه مستمتع بصفاته معجب بذاته متلذذ بذلك ، ولا سيما أن

(١) غالبًا ما يكون النرجسي ذا قدرات عقلية جيدة ولديه تميز في بعض الطاقات والإمكانات .

تلك الصفات ترتقي به درجات عالية في سلم الوجاهة الاجتماعية، وبها يحقق كثيراً من المكاسب الشخصية المهمة (مادية ومعنوية)، مما يزيد من شعوره بالأهمية والعظمة والألمعية فهو لا يدرك أن به علة حتىٰ وإن لاحظ أن الناس يخالفونه ولا يرتاحون له في كثير من الأمور، لأنه يتصور أن الخلل في غيره وليس فيه. يقول أحدهم:

لو أنصفوا كنت المقدم فـي الأمر ... ولم يطلبوا غيري لدى الحادث النكر
ولـم يرغبـوا إلاّ إلـيّ إذا ابتغـوا ... رشادًا وحزمًا يعزبان عـن الفـكـر
ولم يذكروا غيري متى ذكر الذكا ... ولم يبصروا غيري لدى غيبـة البـدر

كيف صار النرجسي معجبًا بنفسه؟

اهتم الباحثون في النرجسية بالتحليل النفسي للطفل وجاؤوا ببعض التعليلات والافتراضات التي تحاول وضع تصور لنشوء النرجسية وانتفاخ الذات، وهذه خلاصة تلك الآراء مع بعض الإضافات والتعديلات.

* ينمو الطفل نفسيًا كما ينمو بدنيًا، وفي سنواته الأولىٰ يرىٰ الآخرين (خصوصًا الأم) جزءاً منه غير مستقل فهي عنده بعض كيانه النفسي تشبع حاجاته الأساسية وهي مصدر إرضاء وسعادة له فما عليه سوىٰ أن يطلب وهي تنفذ (إن جاع بكىٰ فسارت له بالرضاعة وإن رأىٰ لعبة ليست له أخذها فصارت له أو جاءت له بمثلها . . . الخ)، وهكذا يرىٰ الطفل العالم مجالاً لخدمته وإسعاده وأنه مركز هذا العالم الذي يدور العالم حوله وهو المتحكم في المحيط وكأنّ الآخرين لم يوجدوا إلا لخدمة مصالحه. والطفل السوي يتعدىٰ هذه المرحلة ويخرج منها بالتدريج إلىٰ النضج أما النرجسي فيكبر عمره ولا تزال نفسه في هذه المرحلة.

* تتكون ذات الطفل (صورته عن نفسه) من خلال صورة الآخرين عنه وتقديرهم له (خصوصًا الوالدين) فهم المرآة التي تريه نفسه وحجمه، فإن كانت المرآة مكبِّرة (تكبر الصورة) كما يفعل كثير من الآباء عند تدليل أبنائهم جاءت صورة الطفل عن نفسه كبيرة مضخَّمة وانغرست تلك الصورة في أعماقه وربما ازدادت انتفاخًا بما يقوم به الأهل من مبالغة في الاستحسان والرضا عن الطفل (شكله وكلامه وما يصدر عنه من أفعال).

* يبدأ تكون الضمير الإنساني في الطفولة من خلال تربية الوالدين ويقوم على التوازن بين الثواب والعقاب فإذا اختل التوازن لصالح المبالغة في الثواب وعلى حساب التقصير في العقاب، تضخم جانب التفاؤل والمخاطرة والاندفاعية وتوقُّع الثواب الكبير والتشجيع والنجاح والتفوق ولو كان على حساب الآخرين وفي المقابل يضمر في نفس هذا الطفل الشعور بالآخرين والبيئة والأنظمة والقوانين ويتعود تطويعها لمصلحته دون حرج أو حياء لأن عقله الباطن لم يتعود على أي معاناة تعقب تلك الأعمال فلا يتبلور في ضميره وأعماقه معنى الآخرين وحقوقهم ومشاعرهم ومعنى النظام والضوابط ومصالح الآخرين.

* مع مرور الطفل بمراحل النمو النفسي يكون أمامه أحد ثلاثة مسارات:

١ـ استمرار الأهل في الإعجاب به وهذا يزيد من نرجسيته وعجبه بنفسه.

٢ ـ يتوقف الأهل عن الإغراق في الثناء والاستحسان الذي تعود عليه الطفل فيكون عند ذلك كالمدمن الذي انقطع عنه ما أدمن عليه فتتولد لديه صدمة نفسية، وعندئذ تحدث في أعماق النفس بعض الحيل الدفاعية اللاشعورية فتعمل على تخفيف مصابه النفسي حفاظًا على الذات من خطر الانقطاع عما أدمن عليه (الإعجاب بالنفس) فيتحول جزء من ذاته وكيانه الداخلي إلى مرآة داخلية يرى

بها نفسه بالحجم المكبر الذي كان أهله يعكسونه له وكأنه يقول: «إن لم يعجبوا بي ويستمروا فأنا عوض عنهم».

٣ ـ يخفف الأهل من إعجابهم به بدرجة معقولة فهذا قد يساعده على تخفيف النرجسية إلى حد معقول وقد يُرجعه إلى التوازن ولا سيما مع النضج العقلي والاجتماعي والوعي الديني وقد يبقى فيه بعض الترسبات المتأصلة ويغلب طبعُه تطبعه.

أهم المشكلات التي تواجه النرجسي

* عدم الاستقرار النفسي عمومًا فهو لا يتوقف عند حد من الإعجاب بنفسه أو الإنجاز ولا يقنع ولا يستمتع بما يحقق فيظل قلقًا على مكانته في أعين الناس يخشى أن تنصرف عنه الأنظار أو تزهد فيه النفوس وتستقلّه، ولذا يكثر من الهذر في المجالس والمناسبات بما هو معين له على تحقيق ذلك ويظل يفكر في منزلته الاجتماعية والمادية . . . الخ. وحيث إن رضا الناس غاية لا تدرك وأن البشر لا تثبت لهم رؤية فإنهم قد يتغير رأيهم فيه أو تقل منزلته عندهم أو يصدر من بعضهم ما يشعره بذلك فيكتوي بنار ذلك في أعماقه وإن تمالك نفسه وبدا كما هو في زهوه وعجبه.

ومظاهر عدم الاستقرار النفسي متنوعة (قلق، أرق، اكتئاب، إحباط. .).

* مشكلات مع الناس عمومًا: الوالدين والإخوة والزوجة (أو الزوج) والأولاد والجيران والزملاء في العمل والمدير والأصدقا والأقارب والمعارف والأصهار والأرحام عمومًا، ومع الناس الآخرين في المجتمع في الشارع (مثلاً عند قيادة السيارة وإيقافها) وفي المحلات والكلية ومع المعلمين.

كثيراً ما يصطدم النرجسي بالواقع (مع الأشخاص أو الحقائق أو الظروف)

واقع لا يرضخ لنرجسيته ولا يحيد له عن الطريق ورغم ذلك قلّما يدرك أنه على خطأ أو يعترف بتقصيره حتى لو كان الحق أوضح من الشمس فكبرياؤه يجعله يتعالى أن يرى في نفسه أي خلل مهما كان يسيراً وهذا يجعل المحيط ضده والآخرين يمقتونه ويكيدون له مما يزيد من كبره ومكره وخداعه ومحاولته السيطرة والنفوذ ، لشعوره بالمؤامرات الموهومة والخطط المرسومة ضده لتقليل شأنه وإنقاص قدره.

وقد يحصل هذا الخلاف للنرجسي حتى مع أقرب الناس إليه كأبيه أو أخيه أو زوجته أو أولاده. وأكثر ما يكون مع نرجسي مثله ينافسه في مجاله (الدراسة أو التجارة أو الدعوة أو الفن أو الرياضة أو غير ذلك) وكثيراً ما يوجد في المحاكم اليوم من خصومات ومطالبات ودعاوى كيدية لأجل هذا السبب.

النرجسيون والصحافة:

الصحافة (وغيرها من وسائل الإعلام) قنوات هامة وواسعة الانتشار توصل أخبار المشاركين فيها إلى قطاع كبير من البشر في شتى البقاع؛ وهذا ما يطمح إليه النرجسيون؛ يريدون أن يملؤوا الدنيا ويشغلوا قلوب الناس كما عبر بذلك أحد الذين كتبوا عن بعض النرجسيين، ولذا يسارع كثير من النرجسيين إلى المبالغة في نشر إنجازاته وقدراته عبر الصحافة، ويختلف ذلك باختلاف الأحوال والأشخاص فمنهم من يكتب سيرته الذاتية ومناصبه وعلاقاته ومنهم من يُكثر من نشر صوره المتنوعة وأخباره المتجددة وسفراته وإصداراته ولقاءاته الثقافية أو الأدبية أو الفنية أو التجارية ومنهم من يهنّئ أخاه أو أباه أو أخته عبر الصحافة ويرفع له أسمى التبريكات والتهاني (مع أنه يراه كل يوم في البيت) حتى العزاء صار له من ذلك نصيب فتجد العائلة تنعى فقيدها ثم تذكر مناصب أبنائه بتفاصيل

نرجسية زائدة عما يحتمله مقام التعريف.

تميل الصحافة إلى المبالغة في المدح والإطراء وإكثار عبارات الثناء وهذا يجذب النرجسيين ويغذي إعجابهم بذواتهم ويدفعهم إلى المزيد من النرجسية.

وفي المقابل قد تحرج الصحافة آخرين ليسوا كأولئك الرغبين في الثناء وتضفي عليهم ألقابًا أكبر مما يستحقون فيتضايقون وينزعجون كما لو أضفت على أحدهم لقب أستاذ دكتور (بروفيسور) وهو لم يصل هذه المرحلة[1].

النرجسيون والتدين

التدين والعلم والدعوة والتأليف والخطابة والقضاء ونحو ذلك أمور تجذب القلوب وتلفت الأنظار وهذا ما يسعد به فؤاد النرجسي، فإن كانت له قدرة على ذلك مضى فيه وترقى في كل ما تنجذب إليه المهج والأنظار وقد يبالغ في الادعاء والتعالي والخوض فيما لا يحسن، وإن كان ليس له في ذلك باع وله وجه صفيق فقد يدعي ما ليس له ويكذب وينتحل جهود غيره أو يفاخر بما ليس من صنعه.

وخطر النرجسي المتدين عظيم جداً لأنه يتكلم باسم الدين (فيما يظنه الناس) وفي الحقيقة هو يسعى لمصالحه الخاصة من الجاه والشهرة وقد ينتصر لرأي يخدم مصالحه الشخصية أو يخالف أوامر الله في أمور له فيها مراد سواء كان في مجال تأليف أو وعظ خطابي أو مجلس علم أو قضاء أو غير ذلك.

وربما نقم على أقرانه أو انتحل جهودهم وأفكارهم أو حذّر منهم أو نحو

---

(١) وقد حصل لي ولبعض الزملاء مع بعض المجلات والصحف مثل ذلك، وقد يكون سبب ذلك عدم تمييز الصحفي بين الرتب العلمية الجامعية.

ذلك، ولهذا شاهد في العصر الحديث وهو قول أحدهم عن الناس لو أنصفوا بحقه:

ولم يذكروا غيري متى ذكر الذكا ولم يبصروا غيري لدى غيبة البدر

فما أنا إلا الشمس في غير برجها وما أنا إلا الدرّ في لجج البحر

هكذا النرجسي يرى نفسه مالئ الدنيا (كالبدر أو الشمس) أو غاليًا ثمينًا عزيزًا نادرًا كالدر في لجج البحر، وقد كان قائل هذه الأبيات من العلماء المفتين وله كتب تُدرّس في الكليات الشرعية، لكن غلبت عليه النرجسية فأرداه الكِبرْ والعجب حتى انقلب رأسًا على عقب ولا حول ولا قوة إلا بالله.

هل يُعجب النرجسي بغيره:

نعم، رغم تمركزه حول نفسه وانغماسه في حب ذاته، يعجب النرجسي بغيره ولكن من يكون ذلك الغير وما مواصفاته؟!

في الغالب ينجذب النرجسي نفسيًا إلى أهل الوجاهة والشهرة (في المناصب أو المال أو العلم أو الأدب ومن له قدرات وإمكانات وله صيت) وليس إعجاب النرجسي بهؤلاء بمعزل عن إعجابه بنفسه بل إن هذا من ذاك، فمن زهوه بنفسه يرى أنه يتماهى مع هؤلاء ويضاهيهم وفي مصافّهم أو في الطريق إلى ذلك(١) ولذا يُكثر النرجسيون الصغار التواصل مع الكبار (سواء كانوا نرجسيين مثلهم أم لا) ويتقربون إليهم زلفى لنيل ما نالوا من الحظوة والشهرة والجاه أو المال، خصوصًا وأن أكثرهم يعرف من أين تؤكل الكتف وكيف تورد الإبل، فمثلاً ما

(١) أو ليحصل على فائدة من شهرتهم، خصوصًا إذا لم يكن بينه وبينهم تنافس على منصب أو جاه.

أكثر الشعراء النرجسيين المعجبين بالمتنبي[١]. وما أكثر ما يعجب بعض المبتدئين بطلب العلم بالعلماء الكبار ويقلدونهم حتى في مشيتهم أو نحنحتهم أو نحو ذلك.

هل من علاج للنرجسية؟

أما الأدوية الطبية فلا دواء يمكن أن يعالج هذه العلة النفسية ذات الأبعاد التربوية والاجتماعية بل والدينية.

وفي الغالب لا يكفي التوجيه والنصح والإرشاد في إصلاح هذا الخلل إن لم يكن في ذات النرجسي شيء من الاستبصار بعلته (وهذا نادر جدًا) مع قدر كبير من التدين العميق الذي يبصّر النرجسي بخطورة العجب والكبر والرياء والغرور كقوله ﷺ: «**لا يدخل الجنة من كان في قلبه مثقال ذرة من كبر**». [رواه مسلم] وكُتب علماء السلوك السابقين زاخرة ببيان هذه العلة ومضاعفاتها وطرق التخلص منها[٢].

* قد يجدي الاحتواء والتهذيب لنفوس صغار النرجسيين (قبل اكتمال أنفتها واستقلاليتها) وإفساح المجال لقدراتهم وطاقاتهم بشيء من التشجيع والإصلاح النفسي.

ويبقى الدور الأكبر في التخفيف من انتشار النرجسية موكولاً إلى الوقاية

---

(١) عرف عن المتنبي عجبه بنفسه وكبره واستعلاؤه على الناس وهذا واضح لمن اطلع على شِعره.

(٢) انظر مختصر منهاج القاصدين لابن قدامة، والأخلاق والسير في مداواة النفوس لابن حزم وأدب الدنيا والدين للماوردي.

التربوية الخلقية (مهمة)، بحيث يجتمع الثواب على الصواب مع العقاب على الخطأ بأسلوب حكيم ومتابعة تربوية واعية تهذب النفوس وتحفز الموهوبين بحكمة وعقل وتجنبهم انتفاخ الذات والاستعلاء.

النرجسية والنجاح الشخصي:

من فوائد النرجسية أنها تحفز صاحبها للنجاح الشخصي بطرق شتى منها:

* الانتشار الإعلامي للشخص والهالة الإعلامية له (سواء صنعها هو أم صُنعت له).

* الإنجازات المتنوعة والكثيرة (التعليم ـ الشهادات ـ المناصب ـ الممتلكات).

* التواصل مع العديد من الأشخاص المهمِّين وذوي الجاه والصيت.

* الطموحات العالية والأفكار التجديدية التي يأتي بها النرجسي (وهذه وإن كانت نابعة من رغبته في كسب الشهرة إلا إنها قد تخدم جهات أخرى ويكون لها نفع عام).

ومع ذلك كله فإن النرجسية غالبًا ما تكون سببًا لمقت الشخص وبغض العقلاء إياه ولا سيما إذا بالغ في إعجابه بنفسه وكبره واستعلائه على الناس.

• علل مصاحبة للنرجسية:

١ ـ صفات الشخصية المحتالة الماكرة (انظر ص ٢٨٤).

٢ ـ صفات الشخصية المرتابة سيئة الظن (انظر ص ١٨٢).

٣ ـ صفات الشخصية متقلبة المزاج ـ الحدية ـ (انظر ص ٣١١).

٤ ـ بعض صفات الدقة والحرص (انظر ص ٢٧٢).

*** توجيهات للتعامل مع النرجسي:**

يختلف الأمر باختلاف الظروف والأشخاص ولا توجد قاعدة ثابتة ولكن هناك بعض الإرشادات العامة:

١ ـ لا تشمت بأخيك فيعافيه الله ويبتليك واسأل الله له البصيرة.

٢ـ أعطه حقه عليك وراع منزلته وواجبه ولا تجعله يتعالى عليك فيزدريك.

٣ـ إن كان ذا مكانة وله نفوذ فلا تقصِّر في تقديره فلربما حقد وتسلط عليك.

٤ ـ إن كان صغيراً متعاليًا فوق منازله بكثير فلا تمكنه من التسلط فيغرق في إعجابه ويُفسد فيما تمكن فيه من الأمور لأجل مصلحته وهواه.

٥ ـ إن كان لا يعنيك أمره وليس بينك وبينه رابطة فإن استطعت إرشاده وإلا فلا تعانده ودعه.

٦ ـ إن كان من المقربين (أخ ـ زوجه[1] ـ والد ونحوهم) فالمداراة والتوجيه الهادئ المرتكز على التذكير بعظم خطورة الكبر والعجب والرياء وبأهمية التواضع والإيثار والتوادّ والتعاون.

٧ ـ إذا كان بينك وبينه خصومة فلا تتوقع سعيه إليك بالصلح إن كان مخطئًا إلا لغرض خفي فاحذره، اللهم إن فتح الله على قلبه بالهدى وعرف كبره وسعى في إصلاح نفسه.

---

(١) إذا كان كلا الزوجين نرجسيًا فإنهما كثيراً ما يتصادمان ويختلفان، وقد يقع الطلاق سريعًا لأن كلاً منهما يتمسك بأنانيته وعجبه وكبره على الآخر وليس لديه مساحة خالية في نفسه يستضيف فيها غير نفسه التي امتلأ إعجابًا بها وحبًا لها، وإن لم يقع الطلاق فقد تستمر الحياة برابطة اجتماعية روتينية خالية من المودة والمحبة والتعاون ومليئة بالخلافات والمنازعات، والمجتمع والعيادات النفسية شاهدان بذلك.

٨ ـ إذا تسلط عليك بالتعالي والادعاء ولم يُجدِ معه أسلوب الدفع بالتي هي أحسن استخدم أسلوب الحزم ولا تدعه يصعد على اكتافك أو يستغلك أو يحقرك[١].

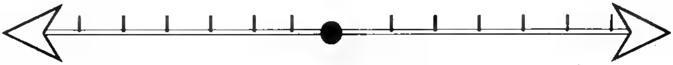
٩ ـ في المجالات التربوية والإدارية قد يكون عنده طاقات تخدم الآخرين ويتفوق بها على غيره ويكون جديراً بالتمكين فلا ينبغي حجبه دائمًا وتغييبه ، خصوصًا إذا فُسح المجال لمن هو دونه وتُرك هو فهذا يشعل فيه نار الغيرة والشعور بالمهانة والسعي إلى الانتقام وفي المقابل لا ينبغي تركه دون رقابة أو تمكينه التمكين التام فإنه سريعًا ما يتسلط على من فوقه فضلاً عمن دونه.

١٠ ـ قد يكون طويل النفس بعيد النظر محكم التخطيط ذا أهداف ومطامع شخصية بعيدة لا يعلنها إلا إذا قارب وصولها فإن كانت تخصه ولا تضر غيره فلا إشكال ولكن الغالب أنه لا يخلو من استغلال لغيره أفراد أو جماعات فقد «يتمسكن حتى يتمكن» وعندها يتسلط على من كان ضده ويعيد النظر في الماضي ويفتح أرشيف الخلافات ويسوي مع خصومه الحسابات القديمة وما أعظم خطره عندئذ إذا كان بيده سلطة وعنده صلاحيات ، والتاريخ شاهد بذلك ولا تزال صفحاته تسطر بمثل ذلك في الأمم والأفراد.

---

(١) قال ابن حزم في كتابه الأخلاق والسير : «مسامحة أهل الاستئثار والاستغنام (الحصول على الشيء دون مقابل) والتغافل لهم ليس مروءة ولا فضيلة ، بل مهانة وضعف وتضرية (تعويد) لهم على التمادي في ذلك الخلق المذموم».

الثقة بالنفس



بين

تضخيم الذات (الغرور)

و

* الغرور والمبالغة في تعظيم النفس وتضخيم قدراتها وإمكاناتها وإدعاء ما لا تملك أو ما لا تستطيع، ومدح النفس بما ليس فيها والتمركز حول الذات.
* تصغير عيوب النفس وهفواتها وأخطائها.
* ارتفاع الطموحات فوق مستوىٰ القدرات.
* التسلط علىٰ الآخرين والتحكم فيهم والمبالغة في مفاخرتهم.
* الاستقلالية الشخصية بإفراط ومبالغة واعتداد بالرأي في غير محله.
* انتقاص الآخرين واحتقارهم والتعالي عليهم خصوصًا من هم دونه.
* المبالغة في الأنانية وحب الذات

- انظر الشخصية النرجسيةص ٢٣٧
- والشخصية سيئة الظن ص١٨٢
- والشخصية المفرطة في الغلظة ص ٢٠١
- والإفراط في العدوان ص ٢٢١

احتقار الذات

* المبالغة في استصغار النفس واحتقار قدراتها وإمكاناتها وذمها (وربما بما ليس فيها).
* تضخيم عيوب النفس وهفواتها وأخطائها.
* تدني الطموحات دون مستوىٰ القدرات.
* الاستسلام للآخرين وضعف توكيد الذات.
* التبعية الفكرية والشعورية والسلوكية.
* تبجيل الآخرين وإنزالهم فوق منازلهم دون تفريق بين من يستحق ذلك ومن لا يستحقه.
* المبالغة في الإيثار والتضحية.

- انظر الشخصية التجنبية ص ٢٢٩
- وصفات المستسلم، وضعف توكيد الذات ص٢١٢
- والسذاجة ص ١٩٣
- والشخصية الاعتمادية ص ٣٠٣

تصورات خاطئة حول الثقة بالنفس

١ ـ أنها إما موجودة بكمالها أو مفقودة تمامًا، فهذا واثق بنفسه وذاك غير واثق أبدًا. والواقع أن الثقة بالنفس تتماوج ارتفاعًا وانخفاضًا[١] بحسب مقوماتها والظروف المحيطة (الموقف والمكان والزمان والموضوع) فالشخص الذي يتحدث في موضوع يعلمه جيدًا تكون ثقته أفضل مما لو تحدث في موضوع لا يعلم عنه إلا القليل، أما إذا كان مؤشر الثقة مرتفعًا بغض النظر عن مقومات الثقة فهذا يدل على علة في الشخص (تضخم الذات يصاحبه ثقة ظاهرية زائفة . . .) والعكس صحيح فإذا كان مؤشر الثقة منخفضًا دائمًا رغم توفر مقومات الثقة فهذا يدل على علة في الشخص (تحقير الذات يصاحبه ضعف في الثقة بالنفس . . .).

٢ ـ أنها تقتضي العناد والإصرار والثبات على الرأي وإن كان خاطئًا[٢] . والصحيح أن الواثق بنفسه يغير رأيه إذا اتضح له الصواب في غيره ، وسيرَ الواثقين بأنفسهم تشهد بذلك فهذا الرسول ﷺ في غزوة بدر يغيّر موقع المعسكر ويأخذ برأي الصحابي بعدما اتضح له صوابه وكذلك في الحديبية يأخذ برأي أم المؤمنين أم سلمة (رضي الله عنها) فيحل إحرامه ويحلق رأسه وفي غزوة تبوك يأخذ برأي عمر (رضي الله عنه) في ترك نحر الإبل النواضح والقيام بدلاً عنه بالاشتراك في فضل الزاد.

٣ ـ أنها تقتضي السيطرة على الآخرين والتحكم فيهم والتسلط عليهم (إما

---

(١) ومن أمثلة العامة قولهم : «المرجلة تحضر وتغيب» والمرجلة : الرجولة .

(٢) انظر الانكار التلقائي ص ٨٧ والإسقاط ص ٨١ والشخصية المرتابة ص ١٨٢ .

بقـــوة الحـــجـــة والإقناع أو بقـــوة النظام والقـــوانين الإدارية أو الأعـــراف الاجتماعية. . . .).

٤ ـ أنها تقتضي نبذ الحياء والتسلح بشيء من الجرأة المبالغ فيها[1]. وهـــذا يدفـعـه إلى اقـتـحـام أمـور لا يقـرها الأدب وحـسـن الخلق مـثل التـدخل في خصوصيات الناس والسؤال عن أمورهم الشخصية ونحو ذلك.

٥ ـ أنهـا تنعكس على القـدرة على المفـاخـرة والمبـاهـاة والتـحـدي والتعـاظم والتعالي.

*** المراد بالثقة بالنفس**[2]:

> **هي حُسن اعتداد المرء بنفسه واعتباره لذاته وقدراته حسب الظرف الذي هو فيه (المكان ـ الزمان ...) دون إفراط (من عجب أو كبر أو عناد ...) ودون تفريط (من ذلة أو خضوع غير محمود).**

*** الحاجة إلى الثقة بالنفس:**

الثقة بالنفسة أمر مهم لكل شخص مهما كان عمره وجنسه وعمله وجنسيته وتعليمه وحسبه ونسبه.

يحتاجها الطفل (عند تعلمه المشي والكلام . . .)

(١) والمخلوطة بشيء من الوقاحة أحيانًا ويُعبّر العامة عن ذلك بقولهم: «فلان وجه ابن فهره» أو «وجهه مغسول بمرق».

(٢) الثقة بالنفس لا تنافي الثقة بالله تعالى والاعتماد عليه والتوجه إليه في طلب الحاجات ودفع المكروهات فلا يراد بها الركون إلى النفس وقدراتها والإفراط في الاعتداد بها.

والطالب والطالبة (في التحصيل الدراسي: الحفظ والفهم والقراءة والكتابة. . . .).

والمعلم والمعلمة (في التعليم والتربية والتقويم . . .).

والأب والأم (في التربية والتوجيه . . . .).

والزوج والزوجة (في تعاملهما مع بعضهما . . .).

وربة البيت (في القيام بأمور بيتها . . .).

والموظف (في مهام وظيفته).

والتاجر (في تجارته : بيعه وشرائه . . .).

والعامل (في صنعته . . .).

والمدير (في إدارته وتقويمه للموظفين).

والقاضي (في تعامله مع المتخاصمين وفي إصدار أحكامه . . .).

والمحامي (في مرافعاته ومدافعاته . . .).

وسائق السيارة وقائد السفينة والطائرة.

والمهندس (في تصميماته . . .).

والطبيب (في تشخيصه وعلاجه . . .).

ورجل الأمن

والمتحدث في حديثه

وغير هؤلاء كثير.

ولا يكاد إنسان يستغني عن الحاجة إلى مقدار من الثقة بالنفس في أمر من الأمور.

مرتكزات للثقة بالنفس.

١- **معرفة الشخص نفسه** والصدق مع ذاته والعلم بحدود قدراتها وطاقاتها وإمكاناتها بحسب حجمها وواقعها (دون مبالغة في زيادة أو نقص)، والعلم بحدود نقصها وتقصيرها ونقاط ضعفها ومواطن خللها (دون مبالغة في زيادة أو نقص).

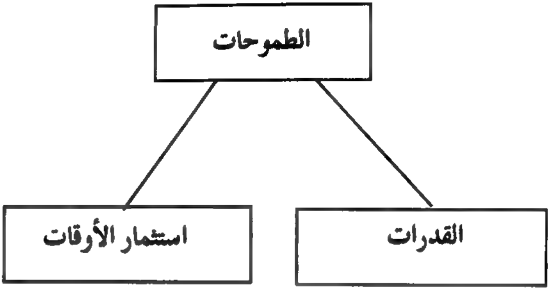
٢ ـ **التقبل السليم للذات** بقبول حسن كما هي، حسب نقاط ضعفها وقوتها، وإيجابياتها وسلبياتها، فلا يُعجب بالإيجابيات ويعظمها ويغتر بها، ولا ينزعج من السلبيات ويبالغ فيها إلى درجة يمقت معها ذاته ويكرهها.

قال الجاحظ: **«اللهم إني أعوذ بك من العجب بما أحسن، ومن التكلف لما لا أحسن»**.

٣ ـ توازن الطموحات مع القدرات.

طموحات الواثق من نفسه تتوازن مع قدراته وطاقاته وإمكاناته، فإذا كان ذا إمكانات وقدرات عالية فطموحاته وتطلعاته تكون كذلك، وإذا كانت إمكاناته وقدراته وطاقاته في أمرٍ ما محدودة فطموحاته لا تكون خيالية فوق مستوى واقعه (أحلام يقظة . . . .).

ولكي تتحقق الطموحات لابد من بذل جهد واستثمار أوقات كافية لتحقيقها.



كلما قويت قاعدة القدرات (ومنها القدرة على التخطيط وحسن التنفيذ) وقاعدة استثمار الأوقات، أمكن للطموحات أن ترتفع وتشمخ عالية.

وأما إذا ارتفعت الطموحات دون قاعدة متينة من القدرات واستثمار الأوقات فهي أحلام يقظة تطير في الهواء.

أهي الآمال نبنيها قصوراً   على عُمُد الرياح فلن تقاما

وإذا ضعفت الثقة بالنفس فإن الطموحات تتدنى حتى وإن كانت القاعدة تحتها قوية (القدرات والطاقات).

٤ ـ الإنجازات تكون هادفة وهادئة.

يُخرج الواثق بنفسه إنجازاته ويبرزها بتوازن مع أهدافه وطموحاته وبطريقة هادئة مقبولة دون تضخيم وتمجيد شخصي وإثارة إعلامية وطلب للثناء والإعجاب، ودون اختفاء وتوارٍ عن الأضواء خوف انتقاد أو ازدراء.

٥ ـ الموازنة بين تقدير الذات وتقدير الغير.

يحترم الواثق بنفسه غيره دون أن يحقر نفسه ويذلها، ويحترم نفسه دون أن يحتقر غيره ويتكبر عليهم، فهو قادر على فهم الآخرين والتفاهم معهم وتقبل

انتقاداتهم المنصفة وإبداء رأيه أمام غيره .

٦ ـ النمو الشخصي بتدرج واستمرار.

يستثمر الواثق بنفسه الفرص والأوقات لتحقيق النمو الشخصي (نفسيًا واجتماعيًا . . .) بتدرج منتظم وباستمرار دون انقطاع، ويقود زمام أموره بنفسه ويبحث عن مصالحه (الدنيوية والأخروية) ولا يتقوقع على نفسه كما لا يقفز قفزات بلهوانية في طموحات خيالية وأحلام غير واقعية .

قصة واثق بنفسه:

في أوائل عهد الخلافة العباسية وشى رجل بآخر عند الخليفة المنصور وافترى عليه أن عنده ودائع وأموالاً وسلاحًا لبني أمية فطلبه المنصور وأمره بإخراج ما عنده فقال الرجل: يا أمير المؤمنين، أأنت وارث بني أمية؟ قال : لا ، قال: فوصيٌّ أنت؟ قال: لا ، قال : فلمَ تسأل عن ذلك؟ فأطرق المنصور ساعة ثم قال : إن بني أمية ظلموا الناس، وغصبوا أموال المسلمين، فأنا آخذها وأردها إلى بيت مال المسلمين، فقال الرجل: تحتاج يا أمير المؤمنين إلى بينة يقبلها القاضي أن المال الذي لبني أمية هو الذي في يدي، وأنه هو الذي اغتصبوه من الناس، وأمير المؤمنين يعلم أن بني أمية كانت معهم أموال لأنفسهم غير أموال الناس التي اغتصبوها ـ على ما يزعم أمير المؤمنين ـ، فسكت المنصور ساعة ثم قال لحاجبه: يا ربيع، صدق الرجل ولم يَجب لنا عليه شيء ثم قال للرجل: ألك حاجة؟ قال: نعم، قال: ما هي؟ ، قال: أريد أن تجمع بيني وبين الرجل الذي سعى فيَّ إليك، فوالله يا أمير المؤمنين ، لم يكن لبني أمية عندي مال ولا سلاح، وإنما حضرت بين يدي أمير المؤمنين لما رأيت ما هو فيه من العدل والإنصاف واتباع الحق، واجتناب الباطل، فقال المنصور: يا ربيع، اجمع بينه وبين الرجل الذي

اتهمه. فلما وقف عليه أمسكه، وقال: هذا الذي أخذ لي خمسمائة دينار وهرب، ولي عليه كتاب بها، فأقر الرجل بالمال فقال صاحبه: قد وهبتها له يا أمير المؤمنين لأجلك، وله عندي خمسمائة أخرىٰ لحضوري مجلسك.

الضمير

بين

التضخم

* المبالغة في مراعاة المبادئ والتعاليم والأعراف والنظم بإفراط شديد يفوق المطلوب .
* الإفراط في محاسبة النفس والتضييق عليها بشدة .
* الإفراط في الحرص على الوقت إلى درجة حرمان النفس من حقها من الراحة .
* المبالغة في الحذر من الإسراف إلى درجة البخل .
* إغفال الحصول على المنافع الشخصية المباحة مراعاة للمبادئ وتشديدًا على النفس .
* الحساسية الزائدة تجاه الموضوعات المخجلة .
* تغليب جانب الخوف والترهيب على الرجاء والترغيب .

* انظر الشخصية الوسواسية ص ٢٧٤

و

الضمور

* عدم مراعاة المبادئ والتعاليم المحمودة والأخلاق إلا في حدود ما يخدم المصلحة الشخصية .
* إهمال تهذيب النفس والغفلة عن أخطائها .
* التفريط في الأوقات أو شغلها بإفراط بالملذات والشهوات (مال لهو ـ جاه ـ جنس) .
* تقديم المنافع الشخصية دائمًا على المبادئ والأخلاق وتعاليم الدين .
* عدم الاكتراث بتناول الموضوعات المخجلة قولاً وفعلاً .
* تغليب جانب الرجاء والترغيب على الخوف والترهيب .

* انظر الشخصية المحتالة ص ١٨٢
* والشخصية المضادة للمجتمع ص٢٩٦

• **الضمير:**

هو أمر معنوي في كيان النفس يحثها على الانضباط بالقيم والأخلاق والتعاليم المقبولة في المجتمع ويؤثر في التفكير والسلوك والمشاعر والإدراك.

وهو تعبير معاصر حديث، ولعل أقرب معنى له خُلق الحياء؛ الذي يدعو إلى ترك القبيح وفعل المليح ويمنع من التقصير في حق ذي الحق.

وينشأ الضمير في الصغر ويتأثر بالتربية فيكون صحيحًا حيًا إذا كانت التربية متوازنة تجمع بين الترغيب والترهيب، والعطاء والمنع والمكافأة (على الإحسان) والعقوبة (على الإساءة). ويكون ضامرًا أو ميتًا إذا غابت الرهبة إما لعدم وجود المرهوب[1] أو لإفراط المرهوب في الترهيب (نوعًا وشدة وتوقيتًا) إلى درجة تميت إحساس الضمير فلا يعود يبالي بالترهيب[2] فينشأ ضعف الضمير وتبلد الحس واللامبالاة بالقيم والأخلاق والتعاليم والأعراف المقبولة وهذا قد يولد أنواعًا من العلل الشخصية تشمل:

١ - الشخصية المحتالة الماكرة (إذا اجتمع مع ضعف الضمير ذكاء وانتهازية ولباقة) انظر ص ٢٨٤.

٢ - الشخصية المضادة للمجتمع - انظر ص ٢٩٦

٣ - الشخصية ذات المقاومة والعدوان السلبي - انظر ص ٢٩٨

---

(١) كما إذا كانت الجهة المسئولة عن الترهيب ضعيفة السلطة (كالأب ضعيف الشخصية).

(٢) كما إذا كانت الجهة المسئولة عن الترهيب غليظة قاسية في عقوباتها (كالأب الظالم لأولاده).

ويكون الضمير متضخمًا إذا كان فيه إفراط ومبالغة في الشعور بالخطأ والعيب والإثم والتقصير (في أمور لا تدعو إلى ذلك)، ويصاحب ذلك لوم للنفس وتأنيب لها فوق ما هو مطلوب شرعًا وعرفًا . وقد يكون ذلك التضخم كليًا أو جزئيًا بحسب تأثير التنشئة والتربية وإخلالها في استعمال الترهيب :

- **التضخم الجزئي**: كالمبالغة في الشعور بالعيب عند الإخلال ببعض الأعراف الاجتماعية المخالفة لنظام القبيلة أو البلدة ، وخجل أحد الزوجين وإفراطه في الحساسية والنفور من الحديث عن الجماع ودواعيه مع صاحبه (الزوج مع الزوجة والعكس) .

- **التضخم الكلي**: كالتشديد المبالغ فيه في أمور القيم والأخلاق والنظم والمبادئ والأعراف والتضييق على النفس والغير بذلك (١) .

صفات الشخص المتزن في يقظة ضميره وحرصه وانضباطه مع القيم.

١ - **التوسط في مرعاة المبادئ** والأخلاق والنظم والتعاليم والأعراف بين الإفراط والتفريط فلا يتشدد فوق ما هو مطلوب شرعًا أو عقلاً أو عرفًا ولا يتهاون أو لا يبالي (ويدخل في ذلك الاعتدال في الثقة بالنفس والتوسط بين التعالي واحتقار الذات) .

٢- **محاسبة النفس بتعقل** فعند الوقوع في خطأ أو تقصير فإن لوم النفس أو تأنيب الضمير يتناسب مع درجة التقصير دون إفراط (كالذي يحدث في حالة تضخم الضمير) أو تفريط (كما في حالة ضعف الضمير) .

٣ - **تحري الدقة والصواب** في الأقوال والأفعال والمواعيد والإنجازات وفي المعاملات المالية (اكتسابًا وتدبيرًا وإنفاقًا) دون إفراط أو تفريط .

---

(١) انظر ص ٢٦٩ .

٤ ـ **الحرص على استثمار الأوقات** (كمًّا وكيفًا) فيما يعود بالفائدة والنفع في العاجل والآجل.

٥ ـ **التوازن بين تحقيق المصالح الشخصية (المنافع) وبين مراعاة القيم** والنظم (المبادئ) فيسعى إلى تحقيق مصالحه الدنيوية والأخروية دون الإخلال بالنظم والقيم[1].

٦ ـ **مجانبة سفاسف** الأمور وقبائح الأقوال والأفعال، والحرص على معالي الأمور ومحاسن الأخلاق دون تكلف وتنطع وتشديد.

٧ـ **المثابرة والمواظبة في تحصيل المنافع** دون ضجر أو ملل.

٨ ـ **اعتدال المزاج وتوسطه** بين الفرح الزائد والحزن الزائد.

وهذه صفات كثير من الناجحين في شتى الميادين، خصوصًا أهل العلم الشرعي فإن يقظة الضمير تحدوهم إلى الزهد في الدنيا والورع والتقوى واستثمار الأوقات وتحري الصواب والجد والاجتهاد.

(١) بخلاف المحتال الماكر فإنه يقدم المنافع على المبادئ ويحتال على النظم والقيم للحصول على مصالحه الشخصية، وبخلاف ذي الضمير المتضخم فإنه يبالغ في مراعاة المبادئ إلى درجة التضحية بالمصالح والمنافع الشخصية المباحة.

صفات الشخص ذي الضمير المتضخم:

١ـ **الإفراط في مراعاة المبادئ والأخلاق** والنظم والتعاليم والأعراف والمبالغة في ذلك فوق ما هو مطلوب شرعًا أو عرفًا، وقد يصل إلى التنطع والتقعر والتضييق على النفس والآخرين.

٢ـ **محاسبة النفس والغير بشدة** عند الوقوع في خطأ أو تقصير يسير أو إسراف في اللذات المباحة مع مبالغة في لوم النفس وتأنيب الضمير بدرجة لا تتناسب مع مقدار الخطأ أو التقصير إضافة إلى ضعف التفريق بين فعل المكروهات وبين الوقوع في المحرمات أو بين ترك المباحات وبين إهمال الواجبات.

٣ ـ **التشدد في تحري الدقة والصواب** في الأقوال والأفعال والمعاملات والمواعيد بإفراط ومبالغة وتكلف وعناء شديد وحرج كبير.

٤ـ **المبالغة في الحرص على الوقت** إلى درجة حرمان النفس من حقها من الراحة والاستجمام ومحاسبتها على ذلك إن حصل ولومها عليه وكأنه تفريط في الوقت وغفلة وتضييع للعمر كله سدى.

٥ـ **المبالغة في الحذر من الإسراف** إلى درجة التقتير والشح والبخل.

٦ـ **التفريط في كثير من المصالح الشخصية** (المستحقة شرعًا) بسبب المبالغة في مراعاة المبادئ والنظم والأعراف والعادات الاجتماعية ونحو ذلك.

٧ ـ **المبالغة في الترفع عن محقرات الأقوال والأفعال** والتنطع في ذلك والتشديد فيه على النفس والآخرين ومن ذلك البعد التام عن المزاح والضحك (وربما حتى التبسم) مع غلبة الجفاف في المشاعر والجد المبالغ فيه في بعض المواقف.

٨ ـ **الحساسية الزائدة جدًا تجاه الموضوعات الجنسية** مع الشعور بالعيب والخجل والخطأ ونحو ذلك، حتى وإن كان تناول تلك الموضوعات في حدود ما

لا يخل بالشـرع والأدب (مـثل: الشكوىٰ للطبـيب من بعض الأعـراض، أو الحديث مع الزوجة/ الزوج . . . أو توعية الأولاد البالغين خصوصًا المقبلين علىٰ الزواج . . .).

٩ ـ المبالغة في تغليب جانب الخوف والترهيب علىٰ جانب الرجاء والترغيب سواء في تعامله مع نفسه أم مع غيره.

الحرص والانضباط والدقة

بين

التشدد	و	الإهمال
* الإفراط في طلب الكمال والمثالية والانضباط التام بالمبادئ والأنظمة.		* عدم الاكتراث بالحصول على الأفضل وعدم التطلع إلى الاتقان.
* الحرص الشديد على النظافة والصحة الشخصية.		* قلة المبالاة بالنظافة الشخصية والصحة.
* الحرص على مباشرة أموره بنفسه والتحقق من حصول المطلوب كما يريد (حتى ولو فوضها لشخص كفء).		* ضعف الاهتمام بأموره الخاصة (حتى لو فوّضها إلى شخص غير كفء).
* الحرص على الوقت والمواعيد بدقة وانضباط شديد جداً.		* قلة الاكتراث بالمواعيد والوقت.
* كثرة اجترار الأحداث الماضية في الذهن ومراجعتها ومساءلة النفس عن مدى الصواب والخطأ فيها.		* خلو البال عما مضى من الأمور وإن كانت مهمة وتحتاج مراجعة ومساءلة للنفس.
* التحفز والتدقيق عند اتخاذ القرارات الحاسمة وكثرة التذبذب بين الآراء وضعف الحزم وزيادة الاحتياطات مع شيء من التشاؤم		* سرعة المضي في القرارات الحاسمة دون تأمل في عواقبها وتبعاتها، وما تحتاجه من إعدادات.
انظر الشخصية الوسواسية ص ٢٧٤		الفوضوية

• الحرص والدقة والانضباط

يتفاوت الناس في حرصهم ودقتهم وانضباطهم في تعاملهم مع الأحداث والأشخاص والأوقات ومع أنفسهم، فيُحمد أولئك الحريصون على أوقاتهم وعلى اتقان أعمالهم ومراعاة حقوق الله تعالى وحقوق خلقه.

قد تزيد صفات الحرص والدقة والانضباط لدى بعض الأشخاص فتصل بهم إلى درجة الإفراط والمبالغة في التشدد والصلابة وتعوقهم عن التفاعل السليم مع من حولهم وعن الإنتاج والنجاح الشخصي وتجعلهم عرضة للمعاناة النفسية والمشكلات الشخصية.

*** صفات الشخص المبالغ في الحرص والدقة والانضباط:**

١ ـ **الإفراط في طلب الكمال والمثالية في الأمور كلها**، والتشديد في الدقة الزائدة إلى درجة تعطيل الإنجاز أو تأخيره أو إعادة تكراره عدة مرات، وكذلك الدقة في ترتيب الوقت والمواعيد وتنظيم المكان وترتيب الأثاث ونحو ذلك.

٢ ـ **الحرص الشديد على النظافة والصحة الشخصية** والإفراط في الحذر من الأمراض والتلوث ونحو ذلك.

٣ـ **الحرص على مباشرة أموره بنفسه** ولا يرتاح إذا وكَل شيئًا من أعماله إلى غيره بل يظل قلقًا حول مدى دقة إنجاز ذلك العمل مع التشكيك في كفاءة من يقوم به وهذا قد يقوده إلى التدخل في مهام فوضها للآخرين مما يجعلهم يضجرون منه.

٤ـ **إخضاع الآخرين إلى ما يراه هو صوابًا** من القيم والمعايير على اختلاف أنواعها (دينية وأخلاقية واجتماعية) مع صلابة في الرأي والتصرفات وقلة مرونة

وحدّة وشدة مع المخالفين وقد يصحب ذلك انتقادات لاذعة.

٥ ـ **ضعف في التكيف مع الأمور المستجدة** التي لم يعتد عليها ولا سيما أنه ميال إلى التزام ما اعتاد عليه وألفه من الأمور (كالعادات في الملبس والمأكل . .).

٦ ـ **مساءلته نفسه بتكرار عن مدى صواب ما قام به** من أقوال وأعمال ومدى جدواها وأهميتها مع كثرة إعادة النظر والتشكيك وتقليب الأمور.

٧ ـ **التحفز الشديد والتدقيق العميق عند اتخاذ القرارات** (ولا سيما الحاسمة)، وكثرة التذبذب بين الآراء وما فيها من سلبيات وإيجابيات مع ضعف الحزم وكثرة التشكيك.

إذا كنت ذا رأي فكن ذا عزيمة　　　فإن فساد الرأي أن تترددا

٨ ـ **العجلة في تنفيذ الإلحاحات الذهنية** التي تطرأ على البال من طموحات وأفكار ونحو ذلك، مع شعور بالقلق عند مقاومتها أو تأجيلها.

٩ـ **كثرة الاستعراض الذهني** للأحداث السابقة والمواقف الشخصية واجترارها في الذهن خصوصًا تلك المشحونة بشحنة عاطفية (امتعاض، استياء، غضب، شفقة . . .) والاستغراق في أحداثها وتداعياتها مع ضعف القدرة على تناسيها أو صرفها من الذهن أو تأجيلها.

١٠ ـ **الاستغراق في تفصيلات الأمور والأحداث وتفريعاتها** حتى غير المهمة منها، وقد يسترسل في استطرادات فرعية على حساب لب الموضوع والهدف المنشود، وكثيراً ما يجعل السامع له يمل طريقته في الحديث ويضجر منه ولا سيما أن كثيراً منهم لا يدخل إلى المراد من طريق مستقيم وإنما من طريق دائري كثيرة

دوراته واستطراداته وقد يكون فيه حذلقة كثيرة[١].

١١ـ لديه تلاصق عاطفي بما ألفه من مقتنيات وممتلكات[٢] (ملابس ، أدوات مكتبية، سيارة، أثاث بيت . . .) فيصعب عليه التخلّص منها بسهولة ولذا فإن لديه بطئًا في متابعة المقنيات الجديدة وإن كانت أجدىٰ له وأنفع.

١٢ـ التدقيق الشديد في النواحي المالية ولو لم يكن لأجل احتراز ديني.

١٣ ـ الاحتياط الزائد ولا سيما في الأمور المالية والحذر من المستقبل مع تغليب التشاؤم علىٰ التفاؤل والحذر من المغامرة والحرص علىٰ معرفة المخارج قبل المداخل.

وأحزم الناس من لومات[٣] من ظمأ لا يقرب الورِد حتى يعرف الصدَرا

الشخصية الوسواسية:

تفرّق المراجع النفسية بين الوسواس القهري وبين الشخصية الوسواسية[٤] في أن الوسواس القهري عبارة عن إلحاحات (ذهنية أو عملية) متكررة تغلب الشخص علىٰ نفسه فترة من الزمن قبل أن يتمكن من التغلب عليها وذلك مثل: تكرار غسل بعض الأعضاء في الوضوء أو تكرار تكبيرة الإحرام أو قراءة الفاتحة في الصلاة أو وساوس في المخيلة عن الاعتقادات الدينية.

(١) المتحذلق: كثير الكلام صلِف وليس وراء ذلك شيء (لسان العرب ٣/ ٩٦).

(٢) وأحيانًا يكون لديه تلاصق مع الماضي (التراث ـ التاريخ . . .) كما قال القائل:

كم منزل في الأرض يألفه الفتى وحنينه أبدًا لأول منزل

(٣) أي: شارف علىٰ الموت.

(٤) وإن كانا كثيرًا ما يجتمعان معًا.

أما الشخصية الوسواسية فإنها تشمل مزيجًا من صفات :

١ـ الشخص ذي الضمير المتضخم (انظر ص ٢٦٩) .

٢ ـ الشخص المبالغ في الحرص والدقة (انظر ص٢٧٢) .

وليس بالضرورة أن تتوفر هذه الصفات كلها مجتمعة (في شخص واحد) بتلك الشدة وذاك الوضوح .

الأسـبـاب

أوضحت دراسات نفسية عديدة دور العوامل التالية :

١ـ الوراثة فكثير من هؤلاء لهم آباء أو أمهات يتصفون بالصفات نفسها فتظهر لدىٰ جيل الأبناء وإن تربوا ونشؤوا بعيداً عن آبائهم .

٢ـ التربية الحازمة جداً المفتقرة إلىٰ المرونة ، والتي يكثر فيها الإكراه والإلزام واللوم والتوبيخ والتقريع والتحذير من الأخطاء والمحاسبة علىٰ الهفوات والزلات مهما كانت صغيرة مما يولد :

أ ـ ضعف الثقة بالنفس .

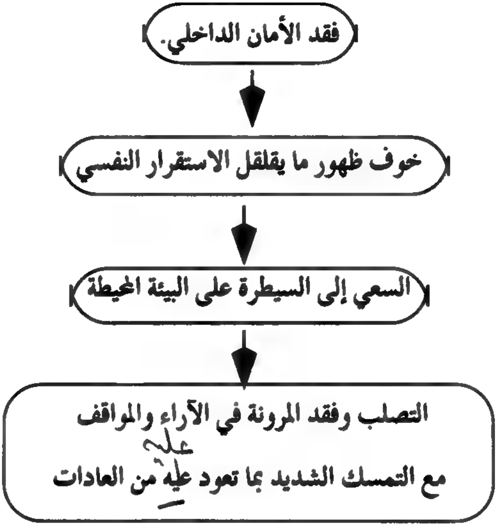
ب ـ فقد الأمان الداخلي .

ج ـ مراقبة النفس والتحفز والحذر الشديد من الوقوع في الأخطاء والإهمال وعدم الانضباط .

د ـ تضخم الضمير ويقظته الزائدة ولوم النفس بشدة علىٰ توافه الأمور .

هـ ـ التفكير الجدي (كل شيء أو لا شيء) : الأمور إما صواب تمامًا أو خطأ تمامًا فما ليس بتام الصواب فإنه تام الخطأ والعكس بالعكس فلابد من المثالية

والكمال وإلا حصل الفشل، وكل واحد من هذه الأمور يؤدي إلى مضاعفات متوالية متتابعة يجرّ بعضها بعضاً.



علل شخصية مصاحبة:

١ـ بعض صفات الشخصية الكئيبة (انظر ص ٣٠٦).

٢ـ بعض صفات الشخصية التجنبية (انظر ص ٢٢٩).

٣ـ بعض صفات الشخصية النرجسية (انظر ص ٢٣٧).

٤ـ بعض صفات الشخصية المرتابة (انظر ص ١٨٢).

٥ـ بعض صفات الشخصية الاعتمادية (انظر ص ٣٠٣).

* **مجالات النجاح:**

كل مجال يتطلب الأمانة والحرص والدقة (كالإدارة المالية والمحاسبة وعلوم الحديث والفقه وفروعهما ونحو ذلك).

والمجالات التي تبرز فيها أهمية المبادئ والأخلاق والآداب (كالإرشاد الديني والحسبة . . .).

والمجالات التي تحتاج مهارة في الدقة (كالخط والرسم ونحو ذلك).

والمجالات المتعلقة بالماضي (كدراسة التاريخ والأنساب والتراث).

والمجالات التعليمية التي يغلب عليها الحفظ أكثر من الفهم.

مضاعفات ومشكلات:

١ ـ ضعف القدرة على التكيف والتأقلم مع الأوضاع الجديدة.

٢ ـ ضعف القدرة على تحمل الأزمات النفسية، وسرعة التأثر والإصابة بالعلل النفسية وأهمها:

أ ـ الاكتئاب (لكبت المشاعر ومصادمة الواقع وضعف التكيف).

ب ـ القلق والأرق (لسرعة التأثر وقوة التحفز).

ج ـ توهم المرض، بسبب الحرص على الصحة والإفراط في مراقبة البدن، وزيادة حساسية الجهاز العصبي للألم وكبت المشاعر وانعكاس أثرها على البدن ولذا فقد يكثر الشخص من إجراء الفحوصات الطبية خوفًا من الأمراض ولا سيما الخطيرة ويزداد ذلك عند التعرض لضغوط نفسية.

د ـ الوسواس القهري (تكرار الوضوء أو الصلاة أو الشك في تكبيرة الإحرام... إلخ).

٣ ـ الخلافات الشخصية مع الآخرين في العمل والبيت (مثلاً: خلافات مع الزوجة بسبب الحرص الشديد على تعديل طباعها لتوافق طباعه وطموحاته ومثاليته).

٤ ـ أمراض بدنية: كارتفاع ضغط الدم والجلطات (في القلب والدماغ) وداء السكري والقولون العصبي، وذلك بسبب التحفز الزائد للجهاز العصبي والذي إذا استمر طويلاً فإنه يؤثر في معظم أجهزة الجسم عن طريق شبكة أعصاب تفرز العديد من النواقل العصبية المتنوعة.

توجيهات وتوصيات:

١ ـ العلم بأن هذه الصفات ليست مذمومة لنوعها (فالحرص والدقة ويقظة الضمير.. أمور محمودة) وإنما لكميتها وزيادتها التي خرجت عن الحدود الطبيعية المقبولة، أما المقدار اليسير من ذلك (داخل الحدود المقبولة) فهو إيجابي ويتصف به كثير من أصحاب الشخصيات المنتجة الناجحة سواء في مجال العلم أو الأدب أو التجارة أو غير ذلك.

٢ ـ الوعي بالنفس وإدراك الخلل والاعتراف به وقبوله بصدر رحب.

لا تعاند وتُصّر على أنك ذو صفات كلها حسنة، وأن الآخرين مقصرون مهملون، تذكرّ أحوال العقلاء المتزنين من حولك هل فيهم ما فيك من هذه الصفات وتذكرّ الملحوظات التي أبداها لك الآخرون حول طباعك السلبية.

٣ ـ اعلم بأن المبالغة في التمسك بهذه الصفات (والإصرار عليها) قد تكون حيلة لا شعورية لتغطية النقص وستر العيب والخلل في الشخصية.

٤ ـ قد لا تستطيع الخلاص من هذه الصفات تمامًا (لرسوخها في الشخصية) ولكن يمكنك إرخاء الزمام للنفس شيئًا فشيئًا (في حدود المقبول شرعًا وعرفًا) فإن المُنبتَّ لا أرضًا قطع ولا ظهراً أبقى.

٥ـ تأمل في طريقة تفكيرك وما تقودك إليه من فهم للأمور وتقييم للأشخاص والأحداث وتصرف وسلوك، ربما تدرك خللاً في برامج تفكيرك يكون سببًا لمعظم متاعبك مع نفسك ومع غيرك وإذا لم تدرك شيئًا من ذلك فاسأل من تثق برأيه وعلمه وفهمه هل لاحظ عليك شيئًا من ذلك.

٦ ـ لا تشدد على نفسك ولا على غيرك في أمور الدين دون علم ولا بصيرة وازدد علمًا وتواصلاً مع أهل العلم وارجع إليهم إذا أشكل عليك شيء من أمورك واقبل ما يفتونك به ولا تعارض برأيك وهواك.

٧ ـ تأمل المضاعفات والمشكلات المذكورة آنفًا وتذكر أن الوقاية خير من العلاج.

٨ ـ أولادك لا تشدد عليهم في التربية ومازحهم وداعبهم واقبل هفواتهم.

٩ـ لا تجعل تأنيب الضمير عقالاً يمنعك من المضي في أمورك، فإذا أخطأت أو قصرت في حق الله تعالى فاستغفر وتب وإذا أخطأت أو قصرت في حقوق الناس فاعتذر لهم وادع لهم بالغيب وأحسن إليهم، ودع عنك التقوقع في لوم النفس وتأنيب الضمير وتحميل نفسك أخطاء غيرك وهفواتهم.

١٠ـ اقبل الهفوات من نفسك ومن غيرك ودع عنك طلب الكمال والمثالية وابذل ما في وسعك للإتقان فإذا لم يتحقق ما تطمح إليه فاسأل نفسك هل كانت طموحاتك مثالية أكبر مما يتوقع . . . وإذا لم تقصر في بذل الأسباب فلا تبتئس عندئذ.

١١ ـ استمتع بوقت فراغك واسمح للنفس بشيء من الاستجمام والراحة فالسيارة إذا لم تتفقد محركها أثناء الطريق الطويل في اليوم الحار ربما ازدادت حرارتها وتعطلت .

أمثلـــة:

١ـ هنا ربة بيت منظمةٌ لبيتها تنظيمًا دقيقًا وحريصة جدًا على نظافة الأثاث حتى من الغبار اليسير، كثيرة التغيير لملابس أطفالها ولا سيما إذا علمت أن أحدًا سيزورها، أما إذا أرادت زيارة أهلها والمبيت عندهم فإنها تأخذ معها حقائب مليئة بالملابس لها ولأولادها (بنين وبنات)، ولا يهدأ بالها ليلاً إلا إذا غسلت جميع الأواني ونشفتها ووضعتها في أماكنها واطمأنت على إغلاق الأبواب الخارجية والداخلية وتأكدت من عدم تسرب الغاز. وعندما يدعو زوجها أحدًا إلى وليمة تتأهب قبلها بأيام بالاستعداد والحرص والتنظيم (تعطر المجلس وترتب الأثاث . . .) كثيرًا ما تشكو من القلق والأرق وآلام في البطن وتكثر من زيارة المستشفيات لإجراء الفحوصات خوفًا من الأمراض الخطيرة، زوجها سعيد بحرصها على البيت والأولاد ولكنه يقول لها دائمًا: «يا هنا خففي من الشدة ارحمي نفسك. . .».

٢ـ يقول أحدهم: «زميلي في العمل شخص مثالي فوق العادة، دقيق جدًا في متابعة المعاملات ومتشدد في الإجراءات إلى درجة التعقيد يريد كل شيء أن يسير بدقة وانتظام ومثالية ولو أدى ذلك إلى تأخر بعض المعاملات وتأجيل بعض الإجراءات، والمشكلة أن المدير معجب به جدًا ورشحه للإدارة بعده . . .».

٣ـ سُمَيّة معلمة في المرحلة الابتدائية نشأت في بيت دين وخلق تغلب عليها الشدة على النفس والآخرين تلزم الطالبات بأمور فوق قدرتهن ولا تتهاون

معهن، وطموحاتها ومعاييرها عالية فهي تريد أن تخرِّج جيلاً من الطالبات لا يقل في أخلاقه عن جيل أمهات المؤمنين لذا فإنها تُكثر من اللوم على الهفوات الصغيرة ومن التشدد حتى في الأمور اليسيرة، لذا فقد كثرت الشكاوى من أولياء الأمور حول طريقتها خصوصًا وأن كثيرًا من الطالبات بدأن يكرهن بعض المواد التي تدرسها إضافة إلى كرههن المعلمة. حاولت المديرة والموجهة توجيهها وإرشادها إلى التخفيف من الشدة فكان ردها أن هذا التخفيف تساهل وتهاون وتفريط في الأمانة.

٤ ـ تقول إحدى الزوجات: «زوجي دقيق جدًا في أموره كلها إلى درجة مضجرة، يريد أن تكون أدوات البيت مرتبة في أماكنها بدقة حتى لعب الأطفال الذين لا يمكن ضبطهم والسيطرة عليهم تمامًا. مكتبته المنزلية مرتبة بالسنتيمتر ولا يقبل أن يتغير فيها شيء عن موضعه، وإذا وجد بعض الأوراق مبعثرة على طاولته انزعج جدًا ولم يتمكن من الاستقرار والهدوء إلا بعد ترتيب كل ما حوله بدقة. يطالب الأبناء والبنات بالمثالية في الدراسة، لابد أن يكون المعدل أعلى من ٩٥٪ وإلاّ فالويل ثم الويل للبنت أو الابن».

الذكاء والحياء والاحتيال

* الذكاء والحياء في الإنسان

* صفات الشخصية المحتالة الماكرة.

* المحتالون المتدينون.

* الشخصية المضادة للمجتمع.

* الشخصية ذات المقاومة والعدوان السلبي

الذكاء والحياء في الإنسان

وهب الله تعالىٰ الإنسان العقل لينتفع به في أمور دنياه وآخرته، وحثّه علىٰ استثماره في ذلك كما وهبه الحياء ليفعل المحمود ويجتنب المذموم، فالإنسان السوي نفسيًا يُعمِل فكره في مصالحه وتدبير أحواله مع مراعاة المبادئ والأخلاق والتعاليم المحمودة ويستثمر ذكاءه في حدود ما لا يخالف به حدود ما شرع الله، وإن حصل منه هفوات فإن ضميره يؤلمه ونفسه تلومه وحياءه يردعه عن الاسترسال في الخطأ وإن كانت نفسه تميل إلىٰ ما زُين للنفوس من الشهوات **﴿زُيِّنَ لِلنَّاسِ حُبُّ الشَّهَوَاتِ مِنَ النِّسَاءِ وَالْبَنِينَ وَالْقَنَاطِيرِ الْمُقَنطَرَةِ مِنَ الذَّهَبِ وَالْفِضَّةِ﴾** [آل عمران: ١٤].

من الناس من يستثمر ذكاءه في تحقيق شهواته ولذاته وكل ما له فيه مصلحة دنيوية دون مراعاة لما ينافي الصواب والحق والشرع والخلق والأدب، بل ويستطيع بذكائه المراوغة والاحتيال لتجنب الوقوع في الملامة دينيًا أو اجتماعيًا، ولكن هذا الخِداع لا ينطلي علىٰ الجميع ولا يدوم وإنما علىٰ فئات دون فئات وإلىٰ أجل محدود. قيل في بعض الأمثال: **«قد تستطيع أن تخدع كل الناس بعض الوقت، وبعض الناس كل الوقت ولكنك لن تستطيع خداع كل الناس كل الوقت»**.

والمثل الأعلىٰ لهذه الشخصية **إبليس** وهو أكبر وأشهر شخصية محتالة ماكرة مراوغة؛ جاء إلىٰ آدم وزوجه بصورة الناصح وأقسم علىٰ ذلك، ولم يزل بابن آدم الأول حتىٰ قتل أخيه، وجاء إلىٰ الكفار في قتالهم مع المسلمين يشد أزرهم ويؤكد أنه جار لهم، ولا يزال منذ سخط الله تعالىٰ عليه إلىٰ يومنا هذا ـ بل إلىٰ قيام الساعة ـ يمارس أنواعًا من الحيل والمراوغات والمكائد ويعلّمها أتباعه (بإلهامه الشيطاني الخفي) في كل ميدان، ولا سيما في ميادين الشهوات الثلاث: المال ـ

الجنس ـ الجاه.

وبعض شياطين الإنس قد يكون فيه من المكر والدهاء والاحتيال في الخبث ما لا يكاد يصدقه إنسان، حتى قال القائل في ذلك (مبالغًا):

إبليس أصبح عاطلاً عن شغله ... قد نابت عنه خلائق لا تحصرُ

وهؤلاء لديهم علة في شخصيتهم تشمل ضعف الضمير واستثمار الذكاء في الحصول على اللذات والشهوات وتسمى هذه الشخصية في بعض المراجع النفسية «الشخصية السايكوباثية المبدعة»، والمراد بالساكوباثية: ضعف الضمير[1]، وهذه من أخطر علل الشخصية وأخفاها، ويزداد خطرها بازدياد ذكائها ومكرها، وقد تبدو في أنظار الناس وكأنها أحسنهم عقلاً وخلقًا.

صفات الشخصية المحتالة الماكرة

١ ـ **الخداع والمراوغة والاحتيال** لتحقيق الأهواء والشهوات والمآرب الشخصية كالحصول على المال والجاه والشهرة والمتعة الجنسية وباقي اللذات والشهوات[2]، والمداومة على ذلك في أغلب الأحوال والظروف.

إن طمثت قادت وإن طهرت زنت ... فلا تزال تزني مرة وتقود

٢ـ **ضعف الضمير وقسوة القلب** وتبلد الحس الإيماني وغياب لوم النفس وتأنيبها وفقد الأمانة والوفاء والصدق، وعدم الاكتراث بالمسئوليات والتبعات (فالغاية عنده تبرر الوسيلة).

---

(١) فإن كان مع ضعف الضمير مكر ودهاء وقدرة على تحصيل الملذات والتخلص من التبعات فهذا هو المحتال الماكر وقد يصحب ضعف الضمير كره للمجتمع وإيذاء للناس وتعدٍ على الأنظمة علانية فهذه صفات الشخصية المضادة للمجتمع (انظر ص ٢٩٦).

(٢) وأكثر ما يتضح ذلك لدى البغايا وبائعات الهوى ومن يعاشرونهن من الرجال ولدى مروجي الإباحية الجنسية والمتاجرين بها.

٣ـ قلة الحياء من الله تعالى ومن الناس أو غياب الحياء تمامًا مع قدر من الوقاحة في بعض المواقف (فلا يبالي بالكذب وقد يحلف على ذلك ويصدّق نفسه وربما شهد شهادة الزور على غيره) ولا يبدو عليه أثر ارتباك أو انزعاج.

٤ ـ التظاهر بالنزاهة والأمانة والسلوك الحسن والقيم الاجتماعية المحمودة والتعاليم الدينية القويمة فهو يتقن فن النفاق الاجتماعي.

٥ ـ تمثيل الأدوار الجذابة باتقان، باستخدام الأقنعة الاجتماعية والمساحيق الأخلاقية التجميلية مع شيء من المسوغات العقلية والحجج الدينية المناسبة لعقول من حوله ويجيد استعمالها بطريقة لبقة تغر الناظرين.

صلى المصلي لأمر كان يطلبه　　　فلما انقضى الأمر فلا صلى ولا صاما

٦ ـ المغامرة بجرأة وحذر مع اليقظة العالية والاستعداد الكبير للخروج من المآزق والإفلات من الشباك بسرعة وذكاء وتظاهر بالبراءة وهذا يتطلب منه التعمق في معرفة أعماق الناس من حوله ومواطن ضعفهم ومعرفة الأنظمة والقوانين والتقاليد والعادات والأعراف ونحو ذلك فيوظفها في مصلحته الخاصة ويستغلها بأكبر قدر ممكن فيحصل على الفائدة الكبرى منها ويعرف كيف يفلت من قيودها وكيف يورط غيره فيها متى احتاج إلى ذلك.

٧ ـ القدرة على التلاعب بمشاعر وأفكار الآخرين وإقناعهم بما يريد وتسييرهم في الطريق الذي يخدم أهدافه، فلسانه يقطر عسلاً وكلامه مملوء حججًا، ويعرف مداخل الناس ومخارجهم ومن أين تؤكل الكتف، وقد يحرك عواطف الجماهير بالمصالح الدينية أو الوطنية . . وغيرها وهو يهدف إلى مصلحته الخاصة.

قد يحوز الإنسان علمًا وفهمًا　　　وهو في الوقت ذو نفاق مرائي

٨ ـ الانتهازية السريعة للفرص واستثمار الظروف من حوله والعلاقات الشخصية والمنصب والجاه لخدمة شهواته الخاصة.

٩ـ **عدم المبالاة بمشاعر الآخرين** وإن كانوا أقرب الناس إليه (الوالدين ـ الأبناء ـ الزوجة . . .) ولديه نقص شديد في تبادل المشاعر العاطفية (الحب والحنان والمودة والرأفة والشفقة . . .).

١٠ـ **الاستمتاع بالأخذ من الآخرين** والتلذذ بقطف ثمار جهودهم والاستيلاء على ما عندهم وإن لم يكن له حاجة بذلك.

١١ ـ **الانزعاج من مطالبة الآخرين** له بشيء من حقوقهم، فنفسه شحيحة جدًا يحزنها الإعطاء والإيثار وهذا من اللؤم[1].

١٢ ـ **الميل إلى استقلال الشخصية** في الظاهر (في الفكر ـ السلوك ـ والممتلكات والإنجازات. . .) وإن كان في حقيقة أمره متطفلاً على إنجازات غيره وعالة عليهم.

١٣ ـ **القدرة على تلميع صورته** في أعين الناس ولا سيما من له عندهم مصالح ومآرب (رؤسائه في العمل ونحوهم).

١٤ـ **ضعف الصبر على حبس شهواته** أو تأجيل الحصول على لذّاته، وسرعة التحايل للوصول إلى ما يريد.

١٥ـ **سرعة التقلب** والتحوّل والتلوّن في المواقف بحسب ما يخدم هوى النفس والمنفعة الشخصية مع غض النظر عن المبادئ والأخلاق والقيم.

١٦ـ **القدرة على المواجهة في الخصومات** والتظاهر بالبراءة والهدوء وعدم الارتياب حتى عندما يواجَه بأخطائه بأدلة واضحة جدًا، ونادرًا ما يعترف بجرمه أو يظهر الندم والتوبة وإن فعل فليس ذلك من أعماق قلبه ـ إلا ما شاء الله ـ، وقد يبكي بدموع التماسيح، كما قيل:

ولربما كذب أمرؤ بكلامه ... وبصمته وبكائه وبضحكه

---

(١) وما أحسن قول الشريف جري (من الشعر النبطي):

العوشزة ما ياقع الحرّ فوقها ... ولابه لسمحين الوجيه مقيل

١٧ـ شدة الغيرة والحسد لكل منافس له مع السعي إلىٰ الاستحواذ علىٰ ما عندهم بأي سبيل يستطيعه (بالقوة أو بالحيلة . . .) وقد يضع العثرات في طريق منافسيه وأنداده ويعرقل وصولهم إلىٰ ما يريدون ويوظف ذكاءه في ذلك.

كما قال قائلهم:

فرقعّ الخرق بلطف واجتهدْ ... وامكر إذا لم ينفع الصدق وكِدْ
فهكذا الحازم إذ يكيدُ ... يبلغ في الأعداء ما يريدُ
وهو بريء منهم في الظاهرِ ... وغيره مختضب الأظافرِ

١٨ـ قد يبالغ في التحذير من أمر ما والتنفير منه وهو أكبر المتلبسين به وذلك تمويهًا منه علىٰ الناس ولا سيما السذج الذين تنطلي عليهم هذه الحيلة (من يحذّر من أمر لا يمكن أن يقع فيه)، وقد يبدو مصلحًا اجتماعيًا أو نفسيًا أو واعظًا دينيًا أو نحو ذلك **«إذا سبح القيطون فقد همّ بالسرقة»**[1].

* * *

هم الذئاب التي تحت الثياب فلا ... تكن إلى أحد منهم بمؤتمن

* * *

برز الثعلب يومًا ... في ثياب الواعظينا
مخطئ من ظن يومًا ... أن للثعلب دينا

* * *

١٩ـ قد يحرك غيره عن بُعد (وبطريقة غير مباشرة) بحيث يحصل على مراده

---

(١) القيطون: القط، وهذا من أمثال العرب المعروفة في التحذير من المحتالين، ويشهد لهذا قصة حدثت قبل سنوات حيث جاء إلىٰ السوق رجل شاب مع آخر شيخ كبير، له لحية كثة ويكثر من التسبيح وذكر عذاب القبر فاشتريا بضاعة متنوعة (توابل وبهارات وإطارات سيارات وبويات) وحملوها في سيارة نقل كبيرة ووعدوا البائعين بسرعة السداد علىٰ رقم الحساب وأعطوهم عقودًا لمؤسسة وهمية ثم سافروا وباعوا البضاعة ولم يتركوا أثرًا.

وتحقيق لذاته أو الإيقاع ببعض خصومه أو يضرب بعضهم ببعض وهو قاعد في الظل بعيداً عن فوهات البنادق والمدافع وهم يتراشقون لمصلحته وربما تظاهر بالإصلاح بينهم أو جاء متاوِّها لحالهم أو معزيًا في مصائبهم.

أمثلـــة:

١ ـ تقول إحدىٰ المعلمات: «زوجي له وجاهة اجتماعية وعنده لباقة في الحديث وقدرة علىٰ الإقناع حتىٰ في الأمور الدينية ويثق به كثير من الناس (من زملائه وأقاربه) ثقة كبيرة جداً، ناجح في عمله ويترقىٰ سريعًا ويحصل علىٰ كثير من الامتيازات، مشكلتي معه أنه منافق ذو وجهين عنده دبلوم في الكذب وماجستير في الاحتيال والنصب ودكتوراه في النفاق، ما اكتشفته إلا السنة الماضية عندما رجعت من المدرسة آخذ دفتر التحضير من غرفة النوم وجدته مع الخادمة في سريري . . . . كبرت المشكلة ثم أعطاني وعوداً وعهوداً وأقسم أنها زلة وطيش و . . . . ولما راقبته وفتشت حقائبه وجدت ما لا يصدقه إلا من رآه».

٢ـ المحتالون في المعاملات المالية بشتىٰ أنواعها وصورها مثل:

* الاقتراض من الناس ثم إنكار حقوقهم أو إدعاء التفليس والإعسار.
* المساهمات وما فيها من تلاعب وخداع بأشكال وألوان شتىٰ.
* الشيكات المزورة والأختام المزورة ونحو ذلك.
* في البيع يخفي البائع العيوب ويرغبك في الشراء ويكذب في مقدار السوم.
* في الشراء يبالغ المشتري في تعداد العيوب في السلعة وتزهيدها . . .
* التسول بأشكاله وأنواعه وحيله وما فيه من القصص الدرامية المحزنة المكذوبة[1].
* التحايل في العقود الصناعية والتجارية وغيرها.

---

(١) المراد الحالات التي اتضح فيها الكذب والاحتيال لأجل كسب المال بالتسول.

٣ ـ جاء إلى إمام المسجد[١] رجل تبدو عليه الحيرة والندم وطلب من الإمام مساعدته للخروج من ورطته وبدأ يسرد قصته فقال: «أنا رجل متزوج دخلت السوق مرة فإذا بامرأة أجنبية تبادلني نظرات الإعجاب والغمزات ثم رمت إلي برقم هاتفها وسرعان ما اتصلت عليها والتقينا مرة ومرتين وأكثر وكانت أكبر مني بكثير ثم عرضت علي غيرها واستمر الوضع على تلك الحال حتى فوجئت مرة بعد خروجي من عندها برسالة في سيارتي مكتوب فيها: إذا لم تدفع خمسين ألف ريال فإن شريط الفيديو المرفق لك نسخة منه سوف يصل إلى زوجتك، قال: فلما اطلعت على الشريط فإذا فيه كل ما يفضحني ويدينني من لقطات واضحة فاضحة».

٤ ـ بعد أن لاحظ اهتمام الناس بالرقية وحرصهم على التداوي بها، فكّر وقدّر ثم ضحك واستبشر وما هي إلا مدة وجيزة حتى بدأ بممارسة الرقية والعلاج الشعبي وأخذ يستغفل الناس ويأكل أموالهم بالباطل ويتمتع برؤية النساء ولمسهن والخلوة ببعضهن، والناس تأتيه من ديار بعيدة واثقة به وبعلاجه[٢].

٥ ـ هو شاب وسيم يهتم بهندامه وكلامه وله علاقاته الاجتماعية الواسعة، اشتغل بالصحافة وصار ينشر صوره المتنوعة في عدد من الصحف والمجلات ثم بدأ بالتركيز على المراسلات ولا سيما مع المعجبات فيتعرف عليهن شيئًا فشيئًا

(١) أخبرني بهذه القصة إمام المسجد.

(٢) ليس المراد بهذا المثال انتقاص الرقية أو الرقاة **المخلصين** ولكن الواقع يشهد بوجود عدد ليس بالقليل من المحتالين الذين استغلوا الرقية كأقرب وأسلم طريق لتحقيق الشهوات الثلاث المهمة (المال والجاه والتمتع بالنساء) وهذا الأمر يعرفه كثير من الناس الذي اقتربوا من واقع هؤلاء المحتالين وأكثر من يعرف ذلك رجال الحسبة والأمن والعاملين في العيادات النفسية لكثرة ما يمر عليهم من المرضى المخدوعين بهؤلاء ولا سيما النساء الساذجات.

ويستغل وسامته ومهنته وعلاقاته مع بعض المسئولين عن الصحف والمجلات فيخدم بذلك من تتجاوب معه منهن إلى أن يحصل على ما يريد مرة ومرتين وأكثر ثم إذا قضى وطره أدار ظهره دون أدنى شعور بتأنيب ضمير أو حياء من أحد.

٦ ـ رجل ثري له وجاهة وسمعة عند أهل بلدته عُرف عنه كثرة الزواج فهو يتزوج المرأة ويمكث معها ما شاء ثم يدير لها ظهره هي وأولادها منه (إن أنجبت) سواء طلقها أم علقَّها ولا يتحمل مسئولية أي من زوجاته أو أبنائه ولا يهتم سوى بمتعته وشهوته وإذا عاتبه أحد على فعله هذا جاء بالحجج الدينية والعقلية والاجتماعية يسوقها بحذق وإتقان فيقنع من يجادله بموقفه . . .

٧ ـ رغم نشأتها في بيئة محافظة إلا إنها كانت متمردة على كثير من قيم وعادات بيئتها ولا سيما التعاليم الدينية خصوصًا تلك التي تخص المرأة، فبدأت تكتب المقالات والقصائد الحديثة بأسلوب غاية في المكر والحيلة ظاهرة الدفاع عن أنوثة المرأة وحريتها وكرامتها ولكن في بعض المناسبات الخاصة تعبر بصراحة عما تشعر به من رغبة في الانطلاق في ميدان الحرية حتى قالت ذات مرة: لماذا يحق للرجل الزواج بأربع ولا يحق ذلك للمرأة ؟! وتجرأت في تعبيرها عن رغباتها المكبوتة، وعندما تُنتقد تروغ كما يروغ الثعلب وأحيانًا تدافع عن بعض القضايا الاجتماعية العامة أو تتناول بعض قضايا الأمة الإسلامية.

* * *

لطالما ذاق أصناف من الناس ألوانًا من مخادعات هذه الشخصية وحيلها وكيدها ومكرها، فالماكر المحتال فيه ختل الأفاعي ولين ملامسها ودهاء الثعالب وروغانها

إن الأفاعي وإن لانت ملامسها عند التقلب ففي أنيابها العطبُ

* * *

لا يخدعنك منه لينُ مجسّه وثيابه فالصلُّ ذلك مطرقًا والسمُّ في أنيابه

* * *

لا خير في ودّ امرئ متملق حلو اللسان وقلبه يتلهب

يلقاك يحلف أنه بك واثق وإذا توارى عنك فهو العقرب

يعطيك من طرف اللسان حلاوة ويروغ منك كما يروغ الثعلب

إذا احتاج إلى أحد جاءه بمواء هرة، حتى إذا استغنى عنه أدار له ظهر قنفذ، يتخلص من المصائد كما يتخلص اليربوع(١)، أكثر يقظة من الذئب وأسرع عدواً نحو ملذاته من الفهد وأقوى وثوبًا من الأسد وأحذر من الغراب، وأكثر وأخفى خرابًا من الفأر في السفينة، ومستودع الأطعمة.

تلك هي صفات الشخصية المحتالة إذا اجتمعت فيها خصال المكر والغدر والاحتيال، وقد لا توجد تلك الصفات كلها مجتمعة إلا نادراً، أما وجود بعضها دون بعض وبقدر أقل شدة مما هو مذكور هنا فهذا منتشر عند كثير من الناس ولا سيما عند من يجتمع فيهم ذكاء اجتماعي مع قدر من الأنانية والانتهازية وضعف في يقظة الضمير(٢)، والأمثلة في المجتمع وفي العيادات النفسية والمحاكم كثيرة جداً.

قال ﷺ: «**إن مما أدرك الناس من كلام النبوة الأولى: إذا لم تستح فاصنع ما شئت**» رواه البخاري.

---

(١) اليربوع: الجربوع عند العامة، معروف عنه الدهاء في التخلص من المصائد ومن ذلك أنه يجعل لبيته عدة مخارج.

(٢) ويوجد شيء من ذلك عند المكثرين من صنع المكائد والمقالب لغيرهم و «المزاح الثقيل» كما يسميه البعض.

منطق مخادع:

واسبق إلى الأجود سبق الناقدِ ... فسبقك الخصم من المكايدِ
وانتهز الفرصة إن الفرصةْ ... تصير إن لم تنتهزها غصةْ
وللرجال فاعلمن مكايدُ ... وخدع منكرة شدائدُ
فرقعِّ الخرق بلطف واجتهدْ ... وامكر إذا لم ينفع الصدق وكدْ

* * *

إياك أن تغتر أو تخدعك بارقة ... من ذي خداع يُري بشرًا وألطافًا

* * *

لا ترضَ من رجل حلاوةَ قوله ... حتى يصدّق ما يقول فعّالُ

* * *

يا ولدي ... هذا عصر تتقلب فيه الناس
وتتبدل فيه الأشياء
دول ... أنظمة .... أحزاب .... أسماء
في الصبح لها شأن ، ولها شأن إذا جنّ مساء
هذا عصر العلم، وعصر الحرب، وعصر المكر
وعصر سياسات الأهواء

د. سعد بن عطية الغامدي

المحتالون المتدينون(*)

الالتزام بتعاليم الدين أمر محمود ومقبول اجتماعيًا[1] والشخص المتدين يُوثَق به في الغالب ويؤتمن على الأموال والأعراض لأنه أهل للأمانة والنزاهة .

* من المحتالين من يتظاهر بالدين ويستغل ثقة الناس بالمتدينين ويتخذ الدين سنارة لصيد شهوات الدنيا (وبيان هذا قد مر سابقًا في الشخصية المحتالة) .

* ومن الناس من نشأ في بيئة دينية أو تلقى تربية دينية وارتاح لها واطمأن بالتدين ولم يدفعه إليه أولاً طلب الدنيا والتحايل على الناس بالدين ولكن يغلب عليه التفكير المصلحي المنفعي والأنانية ويكون فيه قدر من الذكاء والاحتيال مع ضعف في الضمير والحياء فيتصف ببعض صفات الشخصية المحتالة وهو باق على تدينه وسمته الظاهر المقبول وقد يستثمر معلوماته الدينية وعلاقاته الاجتماعية وثقة الناس به في تحقيق قدر كبير من المنافع الشخصية والتخلص من التبعات والمسئوليات والواجبات الدينية والدنيوية ، وقد وجدت شيئًا من ذلك في العيادات النفسية فبعضهم يعد فيخلف عمدًا مرارًا وتكرارًا ويخاصم فيفجر ويحدِّث فيكذب وقد يخادع نفسه فيصدق كذباته ويحلف عليها ويظن أنه بتصديقه لخداع نفسه يُلزم الناس بتصديق أقواله الكاذبة وهؤلاء أكثر ما يفضحهم مواقفهم وأعمالهم ولا سيما مع أهلهم (الزوجة خاصة) ومع من يتعاملون معه

(*) انظر الشخصية والتدين ص ٣٢١ .

(١) وإن كان بعض الناس يخلط بين التدين والإرهاب والتعصب ونحو ذلك ويمقت التدين لذلك .

معاملات مالية، وليس ذلك يقع منهم مرة أو مرتين بل كثيراً وهم لا يتوبون ولا يذّكرون، **والسيرة تدل على السريرة**[١].

وقد ترى عابدًا تهتز لحيته وفي الضمير من كفرٍ به سقر

* * *

قدّم أعرابيان غريمًا لهما محتالاً إلى قاضٍ ولم يكن لهما بينة فاستحلفه القاضي فحلف لهما ثم لما خرج أنشدهما:

ألم تعلما أني طُموح عنانُه وأني لا يقضي عليّ أمير

طمست الذي في الصّك مني بحلْفةٍ سيغفرها الرحمن وهو غفور[٢]

* * *

وفشت خيانات الثقات وغيرهم حتى اتهمنا رؤية الأبصار

علل مصاحبة:

١ـ الشخصية النرجسية (انظر ص ٢٣٧).

وهذا المزيج (صفات الشخصية المحتالة مع صفات الشخصية النرجسية) يتمثل في شخصية فرعون (**شخصية فرعونية**) الذي جمع: العجب والكبر والاستعلاء والمكر والغدر والاحتيال. وهذا واضح في القرآن الكريم في قصص فرعون مع موسى عليه السلام وبني إسرائيل.

---

(١) ويروى عن بعض السلف قوله: «انظروا إلى أفعال المنافقين ولا تغتروا بأقوالهم».

(٢) هكذا يعوّل المكارون المحتالون على مغفرة الله ويبالغون في الرجاء مقابل الخوف ويتناسون نصوص الوعيد.

٢ ـ الشخصية المضادة للمجتمع (انظر ص ٢٩٦)، وكثير من المراجع النفسية تعد الشخصية المحتالة نوعًا خاصًا من أنواع الشخصية المضادة للمجتمع الكارهة له لما يجمعهما من ضعف الضمير واختراق الأنظمة وعدم المبالاة بالمبادئ واتباع الشهوات ولكن تتميز الشخصية المحتالة بذكائها وبراعتها في تحقيق مآربها دون التورط بمصادمة المجتمع مباشرة.

٣ ـ الشخصية الغليظة قاسية الفؤاد (انظر ص ٢٠١).

٤ ـ الشخصية المرتابة (انظر ص ١٨٢).

فالمحتال قد يظن الناس مثله غدارين فيزداد بذلك حذرًا وريبة وحيطة.

إذا ساء فعل المرء ساءت ظنونه وصدق ما كان يعتاده من توهم

* * *

الشخصية المضادة للمجتمع

وهي تجمع مع ضمور الضمير الإفراط في القسوة والغلظة والرغبة في الاعتداء على الآخرين والتسلط عليهم، ولا تشخَّص إلا بعد تخطي المرء ثورة المراهقة، وهذه أبرز صفاتها:

١ ـ **ضعف الضمير وتبلد المشاعر** وقسوة القلب وضعف الشعور بالمسئولية تجاه الآخرين وغياب مشاعر الحب والمودة والحنان.

٢ ـ **سهولة الإقدام على انتهاك الحقوق** العامة والخاصة وخرق المبادئ والأعراف والمعايير المتعارف عليها وعدم التوافق مع ضوابط المجتمع، وكثرة المخالفات للأنظمة الأخلاقية والاجتماعية والأمنية فضلاً عن الدينية.

٣ ـ **غياب لوم النفس وزوال الشعور بالذنب** وعدم أخذ العبرة من الأحداث الماضية والمشكلات التي يمر بها.

٤ ـ **العجلة والتهور في التصرفات** والبحث عن الرغبات والشهوات دون النظر في العواقب (باندفاع أعمى).

٥ ـ **سرعة الضجر والملل** وضعف القدرة على تحمل الضغوط النفسية والإحباطات والأزمات وحبس النفس عن الشهوات.

٦ ـ **الميل إلى العدوانية والقسوة** والوحشية في التعامل مع الخصوم.

٧ ـ **كثرة الخلافات والمشاجرات** وربما تخريب الممتلكات والعدوان على الآخرين (قولاً وفعلاً: اعتداء جسدي، جنسي، مالي....).

تلك هي صفات الشخصية المضادة للمجتمع الخارقة للأنظمة الكارهة للناس، وهي موجودة لدى كثير من المجرمين في شتى المجتمعات في الأرض، وتتفاوت هذه الصفات في شدتها، ويوجد القدر اليسير منها لدى كثير من الناس الذين يبدون أسوياء في المجتمع.

وأكثر ما توجد هذه العلة في أولاد الأسر المتفككة، ولا سيما إذا حرم الطفل من حنان أمه في الصغر (لغيابها أو لعلة فيها تحرمه حنانها)، وإذا غابت القيم الأخلاقية في التربية الأسرية، مما يخل بنمو الضمير والعاطفة والشعور بالآخرين.

الشخصية ذات المقاومة والعدوان السلبي

إن الشخص السوي نفسيًا قادر على الموافقة والمخالفة للآخرين بوضوح، وعلى التعاون مع من حوله فيما ينفعه وينفعهم ويحقق المصلحة للجميع، وإن استاء من أمرٍ أو شخص فإنه يظهر استياءه ويعبر عنه بالأسلوب المناسب، وإن وقع في خطأ وأرشده أحد قَبِل إرشاده إن كان مناسبًا أورده بالتي هي أحسن.

من الناس من لديه علة في شخصيته تظهر في الصفات الآتية:

١ ـ عناد ومقاومة للآخرين بأسلوب غير مباشر فيُظهر لهم الطاعة والتجاوب ويتعمد المخالفة والإهمال والتفريط والتقصير في مصالح الآخرين (ولو كانت مرتبطة بمصالحه).

* ـ **له عدة مسالك في العناد والعدوان السلبي** غير المباشر منها:

أ ـ أنه يتعمد التناسي وعدم الكفاءة وعدم الفهم.

ب ـ أنه يتعمد تأخير ما يطلب منه والإبطاء في الإنجاز.

ج ـ أنه يكثر من التسويف و التأجيل إلى آجال غير محدودة ودون مبرر مقبول.

د ـ وأنه يتعمد اختيار طريقة غير ملائمة للعمل ليعوق إنجازه أو يضجر المسئولين بطريقته تلك.

هـ ـ أنه يتعمد إثارة غضب الآخرين واستفزازهم بأساليب غير مباشرة خصوصًا المسئولين عنه أو من يطالبونه بالانضباط وتحسين الأداء.

٢- **يميل إلى كثرة انتقاد الآخرين ولومهم** خصوصًا من هم في موقع المسئولية.

٣- **يرى أنه على صواب ولم يقع منه تقصير** وأن مطالب الآخرين فيها شدة وقسوة وتكلف.

٤ - **يُكثر من التضجر والملل والشكوى** من الواجبات والمسئوليات والقيود.

٥- **يتوقع الإحباط والفشل وخيبة الأمل** وعدم التوفيق ويميل إلى التشاؤم.

٦- **يعرقل الجهود المبذولة لإصلاح أمره** وما يخدم مصلحته ولا يسعى إلى إصلاح حاله وتطوير ذاته.

من العوامل المهيئة لظهور هذه العلة شدة الوالدين كليهما في التربية وكبحهما مشاعر الطفل دائمًا فهما مع شدتهما عليه لا يريدانه يُظهر أي انفعال يدل على الاستياء والانزعاج والامتعاض وهذا يُعوِّده على إخفاء ضجره وانزعاجه ومعارضته بغطاء من الموافقة الظاهرية.

الشخصية بين العقل والعاطفة

إن الشخص السوي نفسيًا يستطيع الموازنة بين الأمور العقلية والعاطفية [١] فلا يغلب جانبًا على جانب إلا بحسب ما تقتضيه الحكمة مما يتعلق بالظروف والملابسات المحيطة، فهو قادر على إعمال عقله في إطار مشاعره وإعمال مشاعره في إطار عقله ولا ينساق مع العواطف والمشاعر على حساب العقل والتفكير كما لا يفعل العكس.

وهذا أمر قلّما يصل إلى التوازن التام فيه أحد، فلا يصل إلا من وهبه الله تعالى قدرات عالية في قواه العقلية (تفكيراً وعاطفة)، وكثير من الأسوياء يغلب عليه الميل إلى أحد الطرفين على حساب الآخر، وليس في هذا كبير ضرر ما لم يصل الأمر إلى الإفراط أو التفريط في أحد الأمرين على حساب الآخر مما هو مبين في الجدول المقابل:

---

(١) وإن كانت نفسه قد تميل به (لو تركها على هواها) إلى أحد الطرفين.

الشخصيـة

بين

الإفراط في العقل

و

الإفراط في العاطفـة

الإفراط في العقل

* غلبة الفكر والتفكير على المشاعر والعواطف عمومًا (في الأمور الخاصة والعامة).
* التدقيق في معرفة المصالح والمفاسد والخسائر والسعي في تحصيل المصالح ومجانبة المفاسد والخسائر بغض النظر عن المشاعر والعواطف.
* الميل إلى الحجج المنطقية والجدل.
* الميل إلى الاستقلالية الفكرية ومحاكمة الآراء ونقدها نقدًا عقليًا بإفراط.
* الجرأة في المواجهة والانتقاد والتعبير عن الذات (وضعف مشاعر الرهبة والهيبة).
* الميل إلى الرئاسة والإدارة والتحكم في الآخرين والاستمتاع بذلك.
* تغليب الأنانية والمنافع الشخصية على المبادئ والأخلاق وحقوق الآخرين.

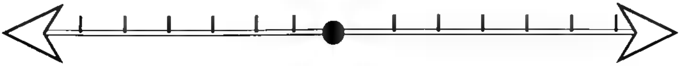
ـ تكثر لدى المتصفين بصفات:
١ ـ الشخصية المرتابة ص ١٨٢ .
٢ ـ الشخصية الغليظة ص ٢٠١ .
٣ـ الشخصية النرجسية ص ٢٧٣ .
٤ـ الشخصية المحتالة الماكرة ص ٢٨٤ .
٤ ـ التسلط والعدوان ص ٢٢١ .

الإفراط في العاطفة

* غلبة العاطفة والمشاعر على الفكر والتفكير.
* تقديم المشاعر والمبالغة في مراعاتها على حساب تحقيق المصالح وتلافي المفاسد والخسائر.
* الميل إلى الحجج العاطفية (المعتمدة على تحريك المشاعر: ترغيبًا وترهيبًا)
* الميل إلى التبعية العاطفية وقبول الآراء والتوجهات الفكرية تبعًا للعواطف.
* ضعف الجرأة في مواجهة الآخرين وانتقادهم والتعبير عن الذات (وغلبة مشاعر الرهبة والهيبة).
* البعد عن الرئاسة والإدارة والتحكم في الآخرين وعدم الاستمتاع بذلك (إن اضطر إليه).
* تغليب التضحية ونفع الآخرين ومراعاة المبادئ والأخلاق ولو على حساب الحقوق الشخصية.

ـ تكثر لدى المتصفين بصفات:
١ ـ الشخصية الاعتمادية ص٣٠٣ .
٢ـ الشخصية التجنبية ص٢٢٩ .
٣ـ الإفراط في الرأفة، وفي الاستسلام للآخرين ص٢١٢ .
٤ـ السذاجة ص ١٩٣ .

الشخصية



بين

الإفراط في الاستقلال

* الإفراط في الترفّع عن طلب العون من أحد حتى عند الحاجة (إلا إذا اضطرته الظروف بشدة).
* الإفراط في الاعتداد بالرأي والاستقلال بالتصرفات.
* الإقبال على المسئوليات لوحده وتحمل التبعات ومواجهة المشكلات ولو كانت فوق طاقته.
* المبالغة في الاعتداد بالنفس والثقة بها.
* عدم الارتياح إذا كان حوله من يوجهه أو يملي عليه بعض الآراء.

هذه الصفات تكثر في:

١) الشخصية النرجسية، انظر ص٢٣٧

٢) الشخصية المرتابة انظر ص ١٨٢

٣) الشخصية المحتالة، انظر ص ٢٨٤

٤) الشخصية الغليظة، انظر ص ٢٠١

و

الإفراط في الاعتمادية

* الإفراط في الاعتماد على الآخرين وطلب العون منهم.
* التبعية الفكرية والشعورية والسلوكية للآخرين ولا سيما لمن يحتاجهم.
* ضعف واضح في تحمل المسئوليات ومواجهة المشكلات واتخاذ القرارات وتنفيذ المهام.
* ضعف في الثقة بالنفس.
* الاطمئنان عند وجود شخص أو أشخاص يقومون بالمساعدة والقلق عند غيابهم.
* مسايرة الآخرين ومجاملتهم حرصًا على كسب دعمهم ومعونتهم له.
* عدم الارتياح إذا ترك وحده لإنجاز بعض المهام.

الشخصية الاعتمادية

الشخصية الاعتمادية

إن الشخص السوي متزن في اعتماده على نفسه وعلى غيره فهو يستطيع القيام بمصالحه الخاصة في حدود طاقاته وقدراته ويستقل بنفسه عن غيره وإن احتاج إلى بعضهم أحيانًا لمعونته في أمر لا يقدر عليه وحده.

من علل الشخصية العجز عن الاستقلال عن الآخرين حتى في الأمور الشخصية .

أبرز صفات الشخصية الاعتمادية:

١ ـ **يعتمد على شخصية** (أو شخصيات) أخرى يستمد منها الرعاية والعطف والدعم ويخشى من الفراق لخوفه من مواجهة مشكلاته دون معين.

٢ ـ **يميل إلى استدرار عطف الآخرين** عليه وإثارة شفقتهم نحوه، وقد يستعمل لذلك أساليب غير مباشرة (كادعاء المرض أو الفقر أو العجز . . .).

٣ـ **لديه ضعف واضح في تحمل مسئوليات** الحياة وفي مواجهة المشكلات ويريد من يتولى عنه أعباء ذلك ويعينه ويقف معه.

٤ ـ **لديه ضعف في اتخاذ القرارات** (حتى القرارات الشخصية الخاصة به) وفي تنفيذها ، لشعوره بعدم الكفاءة وضعف الثقة، وعدم القدرة على المبادرة باتخاذ قرارات أو إبداء أراء وأفكار.

٥ ـ **لا يطمئن إذا تُرك وحده** في ظروف لا يجد فيها من يدعمه ويقف بجانبه ويسنده كما إنه يشعر بالإحباط وفقد القدرة على التصرف في تلك الظروف.

٦ ـ **يساير الآخرين ويتنازل لهم عن شيء** من حقوقه لأجل ألا يتخلوا عنه وأن يقفوا معه وقد يتحمل كثيراً من الأذى في سبيل هذا الهدف.

٧ ـ **يكيّف تصرفاته ورغباته ومشاعره** لإرضاء وطاعة من يعتمد عليهم ويجد فيهم العون والدعم فهو إمعة معهم تابع لهم.

٨ ـ **يميل إلى الشفقة واللطف** الزائد مع نفسه ومع الآخرين.

٩ ـ **السعادة عنده تحصل إذا توفر له مصدر أمان** يعطيه الطمأنينة والثقة.

علل مصاحبة:

١ـ صفات الشخصية التجنبية (انظر ص ٢٢٩).

٢ ـ صفات الاستسلام والإذعان (انظر ص ٢١٢).

٣ ـ صفات الإفراط في الرأفة (انظر ص ٢٠٤).

٤ـ الكآبة.

٥ ـ القلق والمخاوف والرهاب بأنواعه ولا سيما رهاب الأماكن المفتوحة كالأسواق والمساجد ورهاب الأماكن المغلقة (كالمصاعد) ورهاب المرتفعات ورهاب السفر[(١)] وذلك لمبالغته في الخوف من أن يحصل له مكروه في وقت ليس عنده من يقوم بالاهتمام به ومعاونته.

وتكثر هذه العلة في النساء وقد يكون لمشكلات الطفولة دور في نشوئها وتفاقمها ولا سيما الانفصال عن الأم والابتعاد عنها في الصغر (كما في الطلاق) وأيضًا للدلال والحماية الزائدة دور في تأخير نضج الشخصية وفي غياب استقلاليتها في شئونها الخاصة وزيادة اعتمادها على غيرها ولا سيما في الزمن المتأخر الذي كثر فيه اعتماد كثير من الأسر على الخادمات والسائقين وتدليل الأولاد.

---

(١) وليس كل من أصابه رهاب من هذه الأنواع تكون شخصيته اعتمادية.

أمثلـــة:

١) أحـمـد طالب جـامعـي ذكي لكنه لا يزال عـالة على من حـوله حـتى في توصيله إلى الجامعة فهو لم يتعلم إلى الآن قيادة السيارة، وإذا أراد شراء بعض المراجع من المكتبة لابد أن يصحبه بعض زملائه ليرشدوه إلى الكتب المفيدة وأين توجد، لم يسافر أحمد وحده بالطائرة أبداً ولا يثق به أبوه أن يرسله مع أمه إلى العمرة لأنه غير قادر على اتخاذ الإجراءات المطلوبة في المطار والسكن وغير ذلك.

٢) دلال فتاة جامعية تبدو مهذّبة جداً ومطيعة تساعد الآخرين وتعطيهم من وقتها وجهدها ومالها، أُعجبت بها عمة أبيها فخطبتها لابنها وتزوجها وأحبها لما فيها من صفات حسنة وأخلاق حميدة لكنه وجد أنها لا تثق بنفسها في الأمور اليسيرة ، حتى في ذهابها إلى السوق لابد أن تصحبها أمها أو إحدى أخواتها، وكلما ألمت بها ملمة يسيرة في البيت اتصلت على أمها تطلب مساعدتها وتقول: «عندي مشكلة».

الشخصية الكئيبة

يتحرك المزاج في الشخص السوي بين السعادة والحزن حسب المؤثرات النفسية والاجتماعية فيفرح الشخص عند ورود ما يدعو إلى الفرح ويحزن عند حصول ما يدعو إلى الحزن ثم ينتهي الحزن بعد أمد ويعود المزاج إلى التوسط والسواء.

أما في الشخصية الحزينة الكئيبة فإن المزاج يميل إلى الحزن والكآبة غالب الأوقات، وهذه أبرز صفات هذه الشخصية:

١ ـ **غلبة الحزن والكآبة** وانقباض المشاعر والمزاج معظم الوقت، ولو لم يكن وراء ذلك أسباب تدعو للحزن، ويزداد الحزن عند زيادة الضغوط النفسية.

٢ ـ **الشعور شبه الدائم بالإحباط وخيبة الأمل** وضعف الهمة وتدني الطموح.

٣ ـ **غلبة عبوس الوجه وغياب الابتسامة** وروح الدعابة (حتى في الظروف التي تدعو إلى الفرح والسعادة).

٤ـ **المبالغة في تضخيم عيوب النفس** واستحقارها وتقليل شأنها وإيجابياتها.

٥ ـ **الإحجام الشديد عن التقدم في ميادين النجاح** الفردي والجماعي علميًا وعمليًا.

٦ ـ **غلبة التشاؤم** وتوقع الاحتمالات السيئة في معظم الأمور.

٧ ـ **الميل إلى العزلة** والبعد عن الاندماج الاجتماعي.

٨ ـ **ضعف اتخاذ القرارات** والبطء في تنفيذها لضعف الهمة وقلة الثقة بالنفس.

علل مصاحبة:

١ ـ صفات الشخصية الوسواسية . انظر ص ٢٧٤ .

٢ ـ صفات الشخصية التجنبية . انظر ص ٢٢٩ .

٣ـ نوبات من مرض الاكتئاب النفسي .

* * *

قالت عائشة التيمورية :

إني ألفت الحزن حتى إننـــي لو غاب عنـــي ساءني التأخير

وقال حمد الحجي :

يسيرون في درب الحياة ضواحكًا علــى حين دمعي ابتل منه ردائـي

وقال :

لا أرى البرق في السحاب ضحوكًا وبأذني بكاء رعد السحـــاب

وقال يحيىٰ توفيق حسن :

ملّ الفؤاد فلا شيء يحركــه أليس للدهر همّ غير إتعاسي(١)

تبرز هذه الشخصية في الأُسر التي تظهر فيها القسوة في التربية والشدة في العقوبة والتي تؤدي إلىٰ ضعف الثقة بالنفس وتضخم الضمير والمبالغة في الحرص والدقة والاحتياط والحذر، كما تكثر في الأسر التي فيها مصابون بمرض

(١) هذا من سب الدهر المنهي عنه وهو كثير في تعابير الشعراء وبعضهم قد يلوم القدر بدل الدهر .

الاكتئاب النفسي (خصوصًا الاكتئاب المزمن والحاد المتكرر) ولا سيما في أحد الوالدين.

ولهذه الشخصية آثار سلبية كثيرة على الشخص ومن حوله فقد تعوق مسيرته في التعليم أو النجاح الوظيفي أو الاجتماعي والزوجي وتؤثر سلبًا في الحياة العاطفية بين الزوجين ومع أولادهما.

ويغلب على صاحب هذه الشخصية الإفراط في الزهد (انظر ص ١١٥) واستعماله كحيلة نفسية تحت وطأة المزاج المكتئب[١]، وقد يصاحب ذلك إفراط في الإيثار (انظر ص ١١٤) وإفراط في التذلل (انظر ص ١١٢).

(١) ويوجد نحو هذا عند بعض شعراء الزهد كأبي العتاهية.

الشخصية القلقة[١]

القلق في حياة الإنسان عارض نفسي طبيعي يجيء ويذهب حسب أسبابه ودواعيه وتتناسب مدته وشدته مع شدة أسبابه ومدتها، وقد يصبح مرضًا ويستمر مدة من الزمن في بعض الحالات النفسية أو العضوية المعروفة في الطب (كاضطرابات الهرمونات مثلا).

بعض الناس فيه توتر وانزعاج داخلي في أصل شخصيته وتكوينها فهو ميال إلى القلق جبلّة وطبعًا سريع التوتر شديد القلق بطيء الاسترخاء ويقلق حتى من الأمور اليسيرة التي لا تدعو إلى القلق.

وهذه أبرز صفات الشخصية القلقة:

١ ـ **غلبة التحفز والتوتر الذهني** والشد النفسي والبدني معظم الوقت.

٢ ـ **سرعة التأثر (وشدته) بالمؤثرات اليسيرة العابرة** (كخبر عابر لا يدعو للقلق عادة)، فاستجابة القلق تكون أكبر من السبب الداعي إلى القلق.

٣ ـ **عدم القدرة على الاسترخاء والهدوء** والراحة النفسية والبدنية مع شدٍّ في العضلات وآلام في الجسم وصداع في الرأس واضطراب في الجهاز الهضمي وغير ذلك من أعراض القلق.

٤ ـ **سرعة الخوف وشدته** ولا سيما من الموت والأمراض والحوادث

---

(١) هذه العلة الشخصية قد لا توجد مستقلة وإنما يصاحبها في الغالب بعض أعراض الشخصية التجنبية أو أعراض الشخصية الوسواسية ولذا فإن أغلب المراجع النفسية لا تذكر هذه العلة الشخصية منفصلة بل تدخلها تحت إحدى العلتين السابقتين.

والمصائب (خوف على نفسه ومستقبله أو على أحبابه من حوله: الوالدين - الإخوة - الأخوات - الزوجة - الزوج - الأولاد . . .).

٥ - **شدّة التأهب والتحفز للمهام والمسؤليات** (الامتحانات - السفر - الولادة. . .).

٦ - **اضطراب النوم** (صعوبة الدخول في النوم والاستمرار فيه وسرعة التأثر بالمزعجات اليسيرة . . .).

٧- **اضطراب شهية الأكل** عند التعرض للضغوط النفسية .

وهؤلاء معرَّضون (بدرجة كبيرة) لاضطراب القلق النفسي والأرق والاكتئاب وتوهم المرض والقولون العصبي وحموضة المعدة والقرحة وارتفاع الضغط وداء السكري .

الشخصية المتقلبة (متقلبة المزاج والعلاقات)

إن مزاج الشخص السوي وعلاقاته الاجتماعية ونظرته لنفسه أمور يغلب عليها الاستقرار والتوسط بين الجمود وبين التأرجح الشديد، ولا تتغير جزافًا دون مؤثرات واضحة وإن تغيرت فإن تغيرها يتناسب زمنًا وشدة مع طبيعة وشدة المؤثرات.

أما صاحب الشخصية المتقلبة[1] فإن تماسكه الداخلي ضعيف جداً فليس لمزاجه ولا لتفكيره ولا لسلوكه ولا لهويته الداخلية قاعدة وأركان راسخة.

وتكثر هذه الشخصية لدىٰ النساء ولا سيما في أواخر مرحلة المراهقة وهذه أبرز صفاتها:

١ ـ **سرعة تقلب المزاج** (خلال دقائق أو ساعات أو أيام) تقلبات شديدة بين الرضا وبين الغضب، وبين الارتياح وبين الانفعالات، ولا تتناسب هذه التقلبات مع الظروف الخارجية وإن كانت تتأثر بها بعض الشيء، فالشخص دومًا علىٰ شفا جرف هارٍ بين الاستقرار النفسي والاضطراب العاطفي والسلوكي وعلىٰ حدّ دقيق بينهما.

في لمحة الطرف بكاء وضحك وناجـذ بادٍ ودمـع ينفسـك

٢ ـ **سرعة الاستثارة الشديدة** والقابلية للانفعال والغضب واشتعال المشاعر وانفجار براكين النفس وقذفها بحمم الغضب الهادر في كل اتجاه وعلىٰ كل أحد قولاً وفعلاً، حتىٰ علىٰ الأشياء من حولا (كتحطيم بعض الأثاث مثلاً) ويزداد

---

(١) وتسمىٰ أيضًا الشخصية الحدّية.

ذلك إذا كان في الاستشارة ما يشعر الشخص بالإهانة والرفض أو الإهمال، وأحيانًا تنفجر براكين المشاعر دون إنذار سابق.

٣ ـ **الاندفاعية في التصرفات** ولا سيما عند الغضب، وفقد السيطرة على النفس وضعف التحكم في الانفعالات وغياب التخطيط المسبق والإعداد المناسب وضعف تقدير العواقب والتفكير في النتائج المترتبة على تلك التصرفات مهما كانت خطورة تلك التصرفات (مالية أو أخلاقية . . .) وضعف مهارات التواصل الاجتماعي (قلة احترام للآخرين حتى الوالدين . . .).

٤ ـ **محاولات إيذاء النفس** أو التفكير في ذلك ولا سيما عند شدة الانفعال وسيطرة الغضب (من أمثلة ذلك: تناول أدوية بكميات ضارة، أو السقوط من مكان مرتفع أو جرح بعض أعضاء الجسم بآلة حادة . . .)، والهروب إلى المسكرات والمخدرات.

٥ ـ **ضعف القدرة على الصبر** والتحمل مع الإصرار على تحقيق ما ترغبه النفس في أقرب وقت ودون تأخير ودون استعداد لتحمل عناء الإنجاز[١].

٦ ـ **سيطرة الغيرة الشديدة** في بعض المواقف على المشاعر والسلوك (غيرةٌ تُعمي وتصمّ).

٧ ـ **سرعة الملل وكثرة التذمر** والضجر والإحساس بالفراغ العاطفي دون سبب واضح مع ضعف القدرة على تحمل الوحدة.

٨ ـ **كثرة الشكوى من الحزن** والكآبة وكره الحياة والنفس.

٩ـ **المبالغة في مشاعر البغض** والحب مع تقلب شديد وسريع بين هذه

(١) من أمثلة العامة: «فلان مثل عنز قطر تبي ربيع بلا مطر».

العواطف والمشاعر تجاه الآخرين فيميل مرة إلى تقدير الشخص وتبجيله والثناء عليه ثم ما يلبث أن ينقلب عليه ببغض شديد وكره عظيم حتى ولو كان أحد أفراد أسرته أو أقرب المقربين إليه.

١٠ ـ **تنتابه فترات من الشعور بالريبة** والشك في محبة الآخرين له (حتى والديه وإخوته وأقاربه) ويتصور أنه مظلوم مضطهد وضحية للآخرين.

١١ ـ **التطرف في التفكير وفي تقويم** الأمور والمواقف والأشخاص والأشياء فلا توسط عنده، فإما أن يعطي أعلى درجات التقويم (هذا ممتاز ـ رائع ـ قمة في . . . .) أو أدنى الدرجات (ذاك فاشل . . . . .) وهذا ما يسمى بالتفكير الحدّي[1].

١٢ ـ **عدم وضوح الهوية الذاتية** مع فقد التماسك النفسي الداخلي وغياب التصور الواضح لأهدافه في الحياة وعلاقاته بالناس (من أنا . . . ماذا سأكون في المستقبل ما أهدافي في الحياة . . .).

ليس بالضرورة أن توجد هذه الأعراض كلها في شخص واحد وفي وقت واحد[2].

لم تتضح أسباب محددة لهذه الحالة هل هي تربوية بحتة أم وراثية أم عضوية أم هي أسباب متعددة، ولا تزال الأبحاث النفسية تدرس هذه العلة وتحاول تحديد الأسباب وإيجاد العلاجات المناسبة لها.

تُضر هذه الحالة بكثير ممن حولها (الوالدين والإخوة والأخوات وشريك

---

(١) انظر ص ١٦٠ .

(٢) وهذا ينطبق على جميع ما سبق من علل الشخصية.

والأولاد . . . .) وهذا مشاهد في العيادات النفسية بكثرة ويتضح من خلال هذه الأمثلة :

١) أسماء فتاة جامعية تعيش بين أبويها وإخوتها وأخواتها الذين يُكنّون لها كل الحب والتقدير ولكنها تشعر أنهم يكرهونها ويحقدون عليها ولا سيما أمها فهي تكره أمها وتود لو أن أمها تموت ، فإذا أيقظتها أمها للصلاة ثارت وغضبت وأحيانًا ترمي على أمها الوسادة وغيرها وإذا طلبت من أهلها طلبًا تصر على أن يُنفذ لها في الحال وإلا فإنها تشد شعرها وتمزق ثيابها وترفع صوتها بالصراخ .

٢) تزوجها معجبًا بجمالها ودلالها وما سمعه منهابعد الملكة من عبارات المدح والثناء له والإعجاب به (أنت مثالي ، قمة في الجمال والأخلاق . . .) وبعد فترة وجيزة بدا عليها كثرة التذمر والملل من كل شيء في الحياة وكره الناس والدنيا دون سبب واضح ، كثرت طلباتها (أقمشة ، فساتين ، عطورات . . .) وكان يلبيها بأسرع وقت ممكن ومع ذلك لم تكن تشكره ، وإذا تأخر عليها في شيء أزعجته بالمضايقات والإلحاحات المتكررة وأحيانًا تقول له بصراحة : «أنا ما أحبك لأنك ما تحبني ولا تلبي طلباتي» ، فلما نفذ صبره صارحها بإعوجاج طبعها وخطأ تصرفاتها فانفجرت بكاءً وصراخًا وذهبت إلى المطبخ لتأخذ السكين وهي تقول : «الموت أحسن من هالحياة . . . » .

٣) كانت غادة تشعر أن الكلّ ضدها في البيت وخارج البيت حتى في الكلية (الزميلات والأستاذات . . .) ، إذا وجدت من يلتفت إليها عاطفيًا ويراعي مشاعرها تعلقت به تعلقًا شديدًا وأحبته وكرّمته ولكن هذا لا يحصل لها إلا نادرًا (مع بعض الزميلات ذوات الهدوء والرفق . . .) وفي خضّم مشاعر الكآبة وعدم الشعور بالتقبل ذهبت مع أمها إلى السوق (مركز تجاري فاخر) وهناك وقع بصرها على شاب متهندم صاحب محل نسائي وبسرعة بادرته بالكلمات الرقيقة والنظرات الآسرة فترك النساء اللاتي في المحل كلهن واتجه لها وأخذ يبادلها

الكلمات الرقيقة وعبارات الاهتمام وعند ذلك شعرت بنشوة نفسية وارتفاع في مزاجها وقالت في نفسها هذا مهتم بي ويحبني ويحترمني فأعطته رقم الهاتف (الجوال) وصارت على اتصال معه وترى أنه الشخص المثالي في الكون كله وصار عندها أغلى من أبويها وإخوتها وأخواتها وصارت لا تصبر عن مهاتفته يوميًا حتى أثارت شكوك والدها فراقب اتصالاتها واكتشف تصرفاتها، فانفعلت ببكاء وصراخ وذهبت مسرعة إلى الثلاجة وأخذت إحدى زجاجات الدواء وشربتها كلها (استعطافًا لأهلها من خلال الإضرار بجسدها).

* * *

هذه الشخصية يعصب عليها التأقلم مع الناس والضغوط النفسية ولا سيما في الأسرة وبيئة العمل ولذا كثيراً ما تواجه الفشل في الحياة الزوجية والوظيفية ما لم يتم العلاج المناسب.

الشخصية الغريبة الشاذة

يمتاز الشخص السوي نفسيًا بتقارب أفكاره وتصرفاته مع واقعه وبيئته ومجتمعه وما فيه من مؤثرات، وبتناسق أفكاره مع مشاعره وتصرفاته وخلو ذلك من التناقض وبعده عن شذوذ القول والفعل.

من علل الشخصية[1] ما تبرز فيه الغرابة والشذوذ في الأقوال والأفعال والأفكار والتصورات وهو ما يوصف بالشخصية الغريبة الشاذة وهذه أبرز صفاتها:

١ ـ **غرابة التصرفات والسلوك** (في المظهر والهيئة والحركات والمقتنيات) بما لا يتماشى مع المجتمع ولا مبرر له من العقل والمنطق.

٢ ـ **غرابة في التصورات والمعتقدات** والأحاسيس والإدراك بما لا يتناسب مع العقل السليم ولا مع مؤثرات المجتمع إضافة إلى الإغراق في أحلام اليقظة والخيالات الغريبة ذات الطابع الطفلي (تفكير وخيالات أطفال).

٣ ـ **غرابة في طريقة التفكير** والاستنتاج ومحتوى الأفكار مع شيء من الغموض والإغراق في المجاز والميل إلى التفكير الخرافي وادعاء الخوارق والتخاطر عن بعد ونحو ذلك.

٤ ـ **عدم تناسق التفكير مع المشاعر والتصرفات**، وقد تكون المشاعر متبلدة باردة.

٥ ـ **ضعف التواصل الاجتماعي** ونقص المهارات الاجتماعية مع قلق وتوتر عند الاختلاط بالناس وشكوك وريبة وكثيراً ما يتوهم أن الناس يقصدونه بأقوالهم وأفعالهم وإشاراتهم بطريقة غير مباشرة.

---

(١) بعض المراجع النفسية لا تعد هذه العلة من علل الشخصية بل تعدها مرضًا عقليًا يدخل ضمن إطار الأمراض الذهانية كالفصام العقلي.

ظروف الطفولة والمراهقة وعلل الشخصية

إن لظروف الطفولة والمراهقة أثراً بالغًا في صياغة تركيب وبناء الشخصية والتي لا تتضح معالم بنائها في الغالب إلا بعد سن العشرين وإن ظهر قبل ذلك كثير من معالمها الأولية .

ذكر بعض الباحثين النفسانيين دور ظروف الطفولة ومرحلة المراهقة في التمهيد والتهيئة لظهور بعض العلل في الشخصية ، أيًا كانت تلك الظروف (اجتماعية ـ اقتصادية ـ تربوية ـ أمنية . . .) .

ومما لاحظه بعض الباحثين[١] أن مما يتعلق بتلك الظروف أساليب نفسية يجربها الناشيء في صغره لمواجهة الاحباطات والتغلب على العقبات فتأتي بنتائج مرغوبة له فتعطيه بذلك قدراً من الدعم النفسي والتشجيع الذاتي فيكثر منها ويكررها سلوكيًا ، ويتبناها ويتشبّع بها فكريًا فتصبح منهجًا له يتبعه لتخطي ما يواجهه من عقبات في حياته وتنعكس على بنيته النفسية الداخلية وعلاقته بنفسه وبالمحيط من حوله وتختلف تلك الأساليب حسب اختلاف المواقف والظروف ويتفاوت الصغار في اتباعهم لها بتفاوت قدراتهم العقلية والمؤثرات من حولهم (التربوية والاجتماعية . . . .) .

وبعض تلك الأساليب خاطئ وله آثار سلبية على الشخصية وقد يسهم في ظهور بعض العلل في الشخصية ومن ذلك ما هو موضح في الجدول :

---

(١) Theodore Millon .

الأسلوب الخاطيء (الذي يعتمد عليه الناشيء إذا وجده مجديًا له)	الصفات المتولـدة
* الاعتماد على الوالدين أو غيرهما في مواجهة العقبات.	الصفات الاعتمادية.
* الابتعاد عن العقبات وعن مواجهة الآخرين خوفًا من الانتقادات المتوقعة.	الصفات التجنبية.
* استعطاف الآخرين بالمبالغة في إظهار المعاناة.	الصفات الهستيرية.
* المجاملة والمسايرة (لطلبات الآخرين) ظاهراً مع المخالفة والعناد باطنًا.	صفات سلبية العدوان (العناد المغلف).
* المراوغة والمخادعة والمخاتلة والنفاق الاجتماعي (في الحصول على الرغبات).	الصفات الاحتيالية.
* التنصل من الأخطاء وإلقائها على الغير مع الحذر من الآخرين وزيادة الانتباه والمراقبة لظواهرهم وبواطنهم وعدم الأمان منهم.	صفات الشك والريبة.
* الترفع والأنفة وإدعاء الكمال عند الشعور بالنقص.	الصفات النرجسية.
* المواجهة بغلظة وتحكم وتسلّط ونبذ الرحمة.	صفات القسوة.
* الدقة والحرص الشديد وطلب الكمال.	الصفات الوسواسية.

* قد يجتمع أكثر من أسلوب خاطيء فتتولد صفات لعلل متعددة.

الباب الخامس

الشخصية والتدين

* تصور الناس للتدين.
* الإسلام والنفس.
* أثر التدين في الشخصية.
* أثر الشخصية في التدين.

الشخصية والتدين[1]

*** تصور الناس للتدين**

تختلف رؤية الناس للتدين وتعاليم الدين بحسب عوامل كثيرة (تربوية وإعلامية وغيرها) فمنهم:

* من يتصور أن الدين مجموعة قيود وضوابط تحدّ من حرية الإنسان فكرًا وسلوكًا، وهؤلاء منهم من يلتزم بالدين وهو ضجِر متبرم لكنه لا يستطيع الخروج على المألوف الاجتماعي من حوله، ومنهم من ينفر من الدين ويُنفِّر غيره ويصرِّح بذلك علانية، ومنهم من ينافق فيظهر خلاف ما يبطن، ولا يبين حقيقة تصوره إلا لمن يثق به من أشباهه.

* من يتصور أن الدين مجموعة طقوس روحانية تهدف فقط إلى السمو بالنفس والترفع عن قيود الأهواء والشهوات، وهؤلاء منهم من يلتزم بهذه الطقوس ويمارسها بطريقة صوفية بحتة، ومنهم من يستخف بها ولا يعتد بها وأغلب هؤلاء من العقلانيين الذين انحسرت عندهم العاطفة لحساب العقل والتفكير، ومنهم من يرى أن الشخص له الحرية في ممارسة هذه الطقوس الروحانية متى شاء لكن يجب ألا يكون لذلك أي متعلقات سلوكية وفكرية في أمور الدنيا، فالدين عندهم علاقة خاصة بين الفرد وربه ولا تتعدى مجال طقوس العبادة وهؤلاء هم أصحاب الاتجاه العَلماني على اختلاف توجهاتهم الفرعية.

---

(١) سبقت الإشارة إلى حاجة النفس البشرية إلى الدين، انظر ص٢٨ .

* من يتصور أن الدين منهج سياسي متطرف متزمت لا يقبل التفاهم ولا يحسن التحاور ولا همّ له سوىٰ بسط سلطانه في الأرض بالقوة والقهر والتشديد (حتىٰ في حق الأبرياء والأطفال والنساء والشيوخ. . .)، وهذا التصور هو الذي يحرص اليهود والنصارىٰ وأشباههم علىٰ ترويجه عن الدين الإسلامي، ويبدو أن له قبولاً في بعض أوساط المسلمين وغيرهم، وقد أفصحت أحداث التفجيرات في أمريكا (أحداث ١١ سبتمبر ٢٠٠١م) عن ذلك بوضوح.

* من يتصور أن الدين تراث وثقافة وتاريخ قومي للأمة العربية فمن حرص عليه فإنما يحرص علىٰ تراثه وتاريخه وثقافة أمته وماضيها سواء حُمد علىٰ ذلك أم لم يحمد، وإن لم يحرص علىٰ ذلك وتأثر فكرًا وسلوكًا بثقافة أي أمة أو بلد فإنه حُرٌّ في ذلك سواء حُمد علىٰ ذلك أم لم يحمد.

الإسلام والنفس

الإسلام هو الدين الحق الذي ارتضاه الله تعالىٰ للبشر وجعله شاملاً لأمور دنياهم وآخرتهم بتوازن وتكامل ووضوح وحكمة ودقة لا يمكن أن تصدر إلا ممن خلق النفس البشرية ويعرف خباياها وخفاياها كما قال تعالىٰ: ﴿وَنَفْسٍ وَمَا سَوَّاهَا (٧) فَأَلْهَمَهَا فُجُورَهَا وَتَقْوَاهَا﴾ [الشمس: ٧، ٨].

وقد شمل الخطاب الشرعي (في القرآن والسنة) جوانب الحياة الإنسانية كلها للفرد والمجتمع (المشاعر والتفكير والإدراك والسلوك والتوافق النفسي والاجتماعي والعلاقات الأسرية والمعاملات البشرية علىٰ اختلاف أنواعها واهتم الإسلام بتلبية الحاجات الأساسية للنفس البشرية (نفسية أو عضوية)[1]، كالنوم

---

(١) انظر الحاجات والدوافع النفسية ص ٢٤ وما بعدها .

والطعام والجنس مما هو موافق للفطرة الإنسانية، وجعل لحياة الفرد معنىٰ ساميًا وهدفًا عاليًا وبيّن له أن الدنيا مكان امتحان وابتلاءآت شتىٰ وأن بعدها ستأتي فترة الحساب والثواب والعقاب فليست الدنيا نهاية المطاف.

كما اهتم الإسلام بتهذيب الغرائز والشهوات الإنسانية ووجّه الناس إلىٰ ضبطها بحكمة ، ضبطًا داخليًا من أعماق النفس وصميم الضمير وليس لأجل مجاراة المجتمع أو خوف انتقادات الناس، وليس هذا الضبط كبتًا وحرمانًا للنفس بل هو سُموٌ بها عن التدني والفساد الفردي والجماعي، ويتضح هذا عند تأمل أحوال أولئك الذين أطلقوا العنان لشهواتهم وغرائزهم دون ضوابط ، والنظر في عواقب مآلهم فإنهم انطلقوا يطلبون السعادة في غير اتجاهها فما وجدوا إلا التعاسة والألم النفسي والتعب الجسدي.

هربوا من الرق الذي خُلقوا لـه   فبُلوا برقٌ النفس والشيطان (١)

* * *

---

(١) صاروا عبيداً لشهوات أنفسهم وأهوائها وأكثر ما يتضح ذلك في المدمنين علىٰ المسكرات والمخدرات وما يتبعها من البلايا والخبائث، وكثير منهم لديهم معاناة نفسية متعددة (همّ وغم وقلق وأرق . . .) رغم توفر المال والجاه ومتطلبات الحياة السعيدة.

أثر التدين في الشخصية

* في الضمير
* في الأمن النفسي.
* في الهوية الذاتية والثقة بالنفس.
* في التكيف مع الأزمات النفسية.
* في الاهتمامات والهوايات وقضاء الأوقات.
* في المهارات الاجتماعية.
* في تنمية الصفات الإيجابية.
* في تهذيب الصفات السلبية.

أثر التدين في الشخصية:

في الضمير:

إن للتربية الدينية أثرًا مهمًا في تكوين الضمير داخل النفس، فإذا كانت التربية الدينية متزنة في توجيهاتها للناشيء وجمعت بين الترغيب في الخير والثواب عليه وبين الترهيب من الشر والعقوبة عليه بحكمة، فإن الضمير ينمو نموًا سليمًا في نفس الناشيء ويؤثر إيجابيًا في شخصيته وينعكس على علاقته بنفسه والآخرين فيقوى بذلك عنده الجانب الخلقي ويبرز في تصرفاته ويكون دعامة قوية في نضج شخصيته وتماسكها .

أما إذا برزت الشدة والقسوة والترهيب الديني على حساب الرفق والحكمة فإنها تؤثر سلبًا على شخصية الناشيء إما بتكوين ضمير متضخم[1] يقمع النفس عن الانطلاق السليم في الحياة وعن التفاعل الصحيح مع الآخرين، أو بتكوين ضمير متبلد ضعيف ضامر غير مبالٍ، ولهذا شواهد من حالات أبناء وبنات بعض الأسر المتدينة التي أفرطت في القسوة فأضرت بأبنائها وبناتها .

وإذا حصل العكس وبرز التهاون والتراخي والغفلة أو المبالغة في الترغيب الديني، وغابت روح الحزم والترهيب المناسب فإن الضمير الديني يكون ضعيفًا ولا سيما الوازع الداخلي الذي يكف النفس عن هواها، وشواهد ذلك في العيادات النفسية كثيرة، وفي المجتمع اليوم من ذلك شيء كثير، فكم من فتيات وشباب مائعة أخلاقهم ضعيفة ضمائرهم وأهلهم ذوو دين وخلق لكنهم متهاونون متساهلون غافلون .

(١) انظر الضمير بين التضخم والضمور ص ٢٦٥ .

في الأمن النفسي.

الأمن النفسي مطلب لكل فرد وأسرة ومجتمع وأمة، وقد لبّت التشريعات الإسلامية تحقيق هذا المطلب بأكثر من طريقة؛ فقد حرص الإسلام على الأمن النفسي للطفل والمرأة والكبير حرصًا بالغًا باحترام وتقدير، خصوصًا وأنهم أحوج من غيرهم (من الرجال الأقوياء) إلى الأمن وهذا ينعكس على استقرار شخصية الطفل فيما بعد وعلى المرأة وتربيتها لأولادها.

والتدين يشعر الشخص بشيء من الأمان على مستقبله الأخروي إذا استعد بصالح الأعمال (وإن لم يضمن له دخول الجنة) بخلاف المقصر في دينه فإنه عرضة للقلق الداخلي على مستقبله الدنيوي والأخروي وينعكس ذلك على شخصيته وتعامله مع نفسه وغيره.

﴿ الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُم بِذِكْرِ اللَّهِ أَلا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ﴾ [الرعد: ٢٨].

إن التدين الصحيح يخفف على النفس المخاوف الدنيوية، ولا يفزعها بالمخاوف الأخروية إلى درجة القلق النفسي المرضي وإنما يحثها بذلك حثًا رفيقًا إلى حيث الأمان الحقيقي طويل الأمد كما يبعث في النفس التفاؤل ونبذ التشاؤم واليأس والقنوط وهو ما يسيطر على بعض الشخصيات الكئيبة، وفي الوقت ذاته يحذر من الانسياق وراء الفرح وما قد يتبعه من تصرفات تكون عاقبة أمرها خسرا وهذا ما يوجد عند الشخصيات الاندفاعية (كالمحتالة والنرجسية والحدّية).

في الهوية الذاتية والثقة بالنفس.

كثير من الناس الذين كانوا يعانون ضعفًا في المعنويات وشعوراً بالإحباط

بسبب بعض النقص في المقومات الاجتماعية (التعليم ـ الوظيفة ـ النسب . . .) أو المادية أو غير ذلك تزول عنهم تلك المعاناة (أو تخف بدرجة كبيرة) عندما يسلكون طريق التدين السليم وصراطه المستقيم فيشعرون بعزة الانتماء لدين الله ـ والدخول تحت مظلة العزة الإيمانية ولهذا أثر نفسي إيجابي كبير ينعكس على حياة الشخص كلها وعلى علاقاته، ومن أمثلة ذلك: حالات أولئك الذين استطاعوا ترك المسكرات والمخدرات واعتزالها وأهلها بمجرد استقامتهم على الدين وشعورهم بالثقة النفسية الجديدة والهوية الذاتية الصحيحة.

في التكيف مع الأزمات النفسية.

إن من أهم جوانب الشخصية قدرتها على التكيف مع الأزمات النفسية والضغوط والاحباطات[1] التي لا تكاد تخلو منها الحياة مهما كانت الظروف الفردية والاجتماعية، إن التدين السليم يعين بشكل كبير على حسن التكيف مع الأزمات النفسية بدءاً من تقبل المصائب واحتساب أجرها عند الله (عقيدة الإيمان بالقضاء والقدر) كما قال تعالى: ﴿ **أَوَ لَمَّا أَصَابَتْكُم مُّصِيبَةٌ قَدْ أَصَبْتُم مِّثْلَيْهَا قُلْتُمْ أَنَّىٰ هَذَا قُلْ هُوَ مِنْ عِندِ أَنفُسِكُمْ إِنَّ اللَّهَ عَلَىٰ كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ** ﴾ [آل عمران: ١٦٥] وقوله تعالى: ﴿ **وَمَا أَصَابَكُم مِّن مُّصِيبَةٍ فَبِمَا كَسَبَتْ أَيْدِيكُمْ وَيَعْفُو عَن كَثِيرٍ** ﴾ [الشورى: ٣٠]. وعلى عدم الاستسلام للواقع المرّ، والركون لليأس والقنوط من رحمة الله، إضافة إلى الحرص على بذل الأسباب المشروعة دينية كانت أو دنيوية مع توكل صحيح على الله تعالى (دون تواكل أو اعتماد على النفس دون الله).

مما يُلحظ في مواقف بعض المتدينين عند الأزمات والضغوط النفسية أنهم

---

(١) انظر ص٧٥ .

يهملون الأسباب الحسية (إما عجزًا أو جهلاً أو غير ذلك) مما يعوق تكيفهم مع الأزمات وقد ينسبون تصرفاتهم تلك إلىٰ الدين وهم غير مصيبين في ذلك.

وفي مقابل هؤلاء فإن مما يُلحظ في مواقف بعض المقصرين في تدينهم أنهم يهملون الأسباب الإيمانية عند مواجهة الأزمات النفسية والاجتماعية مما يؤثر سلبًا في تكيفهم مع تلك الأزمات.

في الاهتمامات والهوايات وقضاء الأوقات

هذه من جوانب الشخصية التي يؤثر فيها التدين بصورة واضحة، فالتدين الصحيح يوجه الاهتمامات والهوايات وقضاء الأوقات فيما يعود بالنفع الدنيوي والأخروي علىٰ الشخص وعلىٰ غيره[1] فالتدين يؤثر إيجابيًا في مهارة إدارة الوقت وتريب الأولويات والتوزان في توزيع الأوقات علىٰ الاهتمامات[2].

إن كثيراً من المقصرين في أمور دينهم يُضيع الواحد منهم وقته سدىٰ في اهتمامات أو هوايات هامشية تكون علىٰ حساب مصالح ومنافع كثيرة في حياته الشخصية والاجتماعية وينعكس ذلك علىٰ شخصيته بالإهمال والفوضوية الشخصية، ومن ذلك انهماك كثير من الشباب والفتيات في متابعة بعض التوافه في الشبكة العنكبوتية (الانترنت)، أو غيرها من وسائل الإعلام.

---

(١) قد يفرط بعض المتدينين في ذلك ويبالغ في توجيه كل أنشطته إلىٰ جوانب عبادية بحتة علىٰ حساب جوانب دنيوية له فيها منفعة مهمة تعينه في أمور حياته، فهذا قريب من الرهبانية المنهي عنها.

(٢) ويوجد مؤثرات أخرىٰ غير التدين تؤدي دوراً مهمًا في ذلك كالذكاء والتربية والأصدقاء.

في المهارات الاجتماعية

للتدين السليم دور مهم في تحسين نوعية التواصل الاجتماعي للشخص مع الآخرين من حوله ويشمل ذلك عدة جوانب منها:

* إفشاء السلام وإظهار البِشر والتبسم.
* زيارة الإخوان وصلة الأقارب والأرحام.
* الابتعاد عن الغيبة والنميمة والتجسس والتباغض.
* التحلي بالحلم والعفو.
* التحلي بآداب الزيارة والطعام ونحو ذلك.

في تنمية الصفات الإيجابية

يحث التدين السليم النفس على استخراج ما فيها من صفات إيجابية وتفعيل دورها لمصالحها الدنيوية والأخروية ولما يترتب على ذلك من مصالح متعدية النفع إلى المجتمع ويشمل ذلك العديد من الصفات ومنها:

* علو الهمة واستثمار الأوقات.
* الرفق والأناة والحياء والمروءة والإيثار.
* الحزم وكف النفس عن الهوى والشهوات.
* التراحم والتواد والمواساة والنجدة.

في تهذيب الصفات السلبية

للتدين دور كبير في تهذيب الصفات السلبية في الشخصية وذلك أن الدين الإسلامي فيه الكثير من التوجيهات والإرشادات المتعلقة بتهذيب الصفات

والطباع السلبية في الشخصية على اختلاف أنواعها (سلوكية ومزاجية وفكرية . . .).

ومن أمثلة تلك الصفات :

* العجب والكبر والأنانية .

* الكذب والاحتيال والمكر والغدر .

* الظلم والعدوان والبهتان والغضب .

* الخجل والذلة .

* التشدد والتنطع والرهبانية .

* الغل والحقد والحسد .

* * *

خلاصة

فالتدين السليم له في الشخصية أثر كبير إيجابي متعدد الأوجه ولهذا شواهد واقعية لا نزال نطالعها في التاريخ والواقع، أما في التاريخ فهؤلاء هم الصحابة الكرام يدخل الواحد منهم الإسلام ويهتدي بهديه فإذا بشخصيته تتهذب وتقوى وتتزكى وتستنير بنور الله فتسمو في نفسها وتلين لمن حولها ﴿**هُوَ الَّذِي بَعَثَ فِي الأُمِّيِّينَ رَسُولاً مِّنْهُمْ يَتْلُو عَلَيْهِمْ آيَاتِهِ وَيُزَكِّيهِمْ وَيُعَلِّمُهُمُ الْكِتَابَ وَالْحِكْمَةَ وَإِن كَانُوا مِن قَبْلُ لَفِي ضَلالٍ مُّبِينٍ**﴾ [الجمعة: ٢].

وأما في الواقع فما أكثر الذين دخلوا الإسلام (بعد اقتناعهم به) وعبّروا عن

أثره عليهم في الأخلاق والسلوك[1]، وفي مجتمع المسلمين أيضًا ما أكثر أولئك الذين كانوا بعيدين عن تعاليم الدين ثم عادوا إليها ووجدوا لذلك عظيم الأثر في شخصياتهم وأخلاقهم ونجاحهم الشخصي والاجتماعي، وفي العيادات النفسية شواهد لتلك الحالات وذلك أن طريق العودة كثيراً ما يبدأ بأزمة نفسية تجعل الشخص يعيد النظر في واقع حياته وأخلاقه ويصحح مساره قبل انتهاء الطريق.

قد ينعم الله بالبلوى وإن عظمت ... ويبتلي بعض الأقوام بالنعم

* * *

(١) أوضحت بعض الدراسات النفسية التي أجريت على المجرمين السود في سجون أمريكا أن لاعتناق الإسلام دوراً حسنًا في الانضباط الأخلاقي والسلوكي لهؤلاء المجرمين مما جعل بعض الأجهزة الأمنية هناك ترحب بدخول هؤلاء إلى الإسلام.

أثر الشخصية في التدين

* الشخص الميال إلى المبالغة في العقلانيات.
* الميّال إلى المبالغة في العواطف.
* المتقلب المزاج والتصرفات.
* النفعي المصلحي الأناني المحتال.
* الميّال إلى العناد والتحدي والحسد.
* المعجب بنفسه المتكبر على غيره.
* صاحب الضمير المتضخم والمبالغة في الدقة.
* صاحب الغلظة والقسوة.
* صاحب الرأفة الشديدة.
* الميال إلى الاستسلام والمجاملة.
* الميال إلى الريبة والشك.

أثر الشخصية في التدين

إن لطباع الشخصية أثرًا في اتجاه الشخص نحو التدين أو ابتعاده عنه، وفي طريقة تدينه، وكلما كان الشخص أكثر استقراراً واتزانًا في شخصيته كان توجهه نحو التدين وتمسكه بتعاليم الدين وآدابه أكثر قوة وتعقلاً ورزانة وهدوءاً.

وإذا كان في الشخصية بعض الاعتلال والخلل وعدم الاستقرار فإن ذلك ينعكس على اتجاه الشخص نحو التدين وطريقته فيه بقدر ما في الشخصية من اعتلال.

* **الشخص الميال إلى المبالغة في العقلانيات على حساب العواطف:**

- قد ينفر من التدين وأهله لأنه يبالغ في محاكمة التعاليم الدينية وتمحيصها بعقله ويجعل المرجع في القبول والرفض عقله القاصر ولذا فقد ينكر بعض ما هو ثابت في الدين لأنه يرى أنه مخالف للعقل وقد يتكلف تأويلات وتفسيرات عقلية لتتماشى مع العقل فيما يراه هو (علمًا بأن العقل الصريح الخالي من الهوى والشبهات والشهوات لا يتعارض مع ما جاء في الشرع من نقل صحيح).

- قد يقبل التدين، ولكن ينحصر عنده التدين في دائرة المعرفة فتجده يعرف الكثير من أحكام الدين ومفاهيمه معرفة عقلية مجردة من العواطف والسلوكيات، وبعض هؤلاء قد يكونون بارعين في الحديث عن الدين وتعاليمه وفهمه(١) ولديهم القدرة على المجادلة والتحاور والنقاش بنفس طويل والتنظير لكثير من الأمور الدينية بكلام نظري برّاق.

---

(١) انظر مجلة النفس المطمئنة - عدد ٦٥ - أنماط التدين - د. محمد المهدي.

• الميال إلى المبالغة في العواطف على حساب العقل:

فهذا قد يبدي عاطفة جارفة وحماسًا كبيرًا نحو الدين ولكن لا يواكب ذلك معرفة جيدة بأحكام الدين، ولا سلوكًا ملتزمًا بقواعده، وهذا النوع ينتشر في الشباب حديثي التدين[1]، وصغار السن.

• المتقلب المزاج والتصرفات:

هذا يميل مرة مع التدين (ولا سيما عندما يحس بالكآبة والإحباط النفسي) ومرة يبتعد عن التدين (ولا سيما إذا شعر بالاكتفاء والاستغناء النفسي)، ﴿كَلَّا إِنَّ الْإِنسَانَ لَيَطْغَىٰ ۝٦ أَن رَّآهُ اسْتَغْنَىٰ﴾ [العلق: ٦ـ٧] وبعضهم تغلب عليه شهواته فينغمس في المسكرات أو الزنا باحثًا فيهما عن المتعة واللذة غير عابئ بالعقوبة.

• النفعي المصلحي الأناني المحتال:

هذا يستثمر التدين فيما يحقق له المصالح والمنافع الشخصية ولا سيما في المجتمعات التي تحترم الدين وأهله مما يجعل الشخص يسعى إلى كسب ثقة الناس ومودتهم من خلال التظاهر بالدين أو المبالغة في التمسك ببعض جوانب الدين فيما يبدو للناس فهو يسعى إلى كسب الدنيا (مال ـ جاه ـ شهوات) بالدين ويغلب على هؤلاء الاحتيال بالحجج الدينية واستثمار المفهومات والتعليمات الدينية في تحريك مشاعر الآخرين وعقولهم وتصرفاتهم نحو ما يخدم به مصلحته الخاصة، وسرعان ما ينخدع الناس له لأنهم يحترمون الدين وأهله.

• الميال إلى العناد والتحدي والحسد:

هذا إذا تدين فإن سلوكياته مع الآخرين (حتى مع المتدينين ولا سيما الأقران)

---

(١) انظر مجلة النفس المطمئنة ـ عدد ٦٥ ـ أنماط التدين ـ د. محمد المهدي.

تتأثر بتلك الصفات السلبية في شخصيته فقد يرفض النصيحة (ولو كان على خطأ) وقد يصرّ على رأي أو تصرف خاطيء لأجل التحدي والحسد لشخص آخر وقد يتهجم على غيره من المتدينين ويكرس جهوده لمنافستهم وحسدهم ونحو ذلك، فيسلم منه أعداء الدين ولا يسلم منه المتدينون الذين يحسدهم.

*** المعجب بنفسه المتكبر على غيره:**

وهذا مولع بلفت الأنظار إليه وتلميع نفسه والارتفاع في أعين الناس والتميز عن الأنداد وسبقه لهم لأنه معجب بنفسه (بمظهره وكلامه وأفكاره واقتراحاته وممتلكاته وشهاداته وعلمه وحفظه وفهمه وأخلاقه . . .) وكل ذلك ينعكس سلبًا على تدينه وإن كان لبعض ذلك آثار إيجابية أحيانًا[١].

وكثيراً ما تقوده هذه الصفات إلى خلافات مع الآخرين خصوصًا المشابهين له في العجب والكبر والمتصفين بالعناد والتحدي والحسد.

وبعض هؤلاء يجتمع فيه العجب والكبر والمكر والمراوغة والأنانية فيحرص على الوصول إلى مواقع التسلط والنفوذ، من خلال التدين، ويستغل ذلك في تلميع نفسه.

وقد يصده كبره عن اتباع الحق وعن الاعتراف بالخطأ فيجحده كبراً وعلواً ونفسه مستيقنة به. ، وكثير من هؤلاء لا يبالي باستدماج[٢] حسنات غيره وقد يكذب من أجل ذلك.

---

(١) بعضهم يأتي بأفكار واقتراحات تنفع الآخرين سواء كانت دينية بحتة أو ذات طابع ديني اجتماعي.

(٢) انظر الاستدماج النفسي ص٨٧ .

* **صاحب الضمير المتضخم ،المبالغ في الدقة والحرص:**

هذا ميال إلى التدين بطبعه فنفسه تنساق إلى الدين انسياقًا ولكنه قد يوغل فيه بشدة فيكلف نفسه وغيره ما لم يأمر به الله فقد يبالغ في بعض المستحبات فيجعلها في رتبة الواجبات ويحاسب نفسه وغيره على ذلك، وهكذا المكروهات قد لا يميزها عن المحرمات فيبالغ فيها فيحاسب نفسه وغيره على هذا الأساس، وقد يكون صلفًا جافًا فظًا في تعامله مع غيره ولا سيما من هم أقل منه تدينًا حتى ولو كانوا من أهله وأقاربه وجيرانه ولذا فقد يُنفّر الآخرين من التدين (ولا سيما أولئك الذين لا يميزون بين تعاليم الدين وبين تشدد وفظاظة بعض المتدينين) وقد يستخدم بعض المسوغات الدينية لتبرير تصرفاته[١]، ويضعف رجاؤه ويعوقه خوفه.

ومنهم طائفة تبالغ في التشديد على نفسها إلى درجة الوسوسة في بعض العبادات والمعاملات[٢] ثم محاسبة النفس على تلك الوسوسة ومن ثم الدخول في متاهة نفسية عريضة.

* **صاحب الغلظة والقسوة:**

تنعكس شخصية هذا على تدينه في كونه لا يتأثر كثيراً بالرقائق والترهيب وذكر النار والعذاب، ويغلب عليه النظر في جوانب الغلظة في المعاملات والخصومات والعقوبات ولا يقيم وزنًا كبيراً لجوانب المشاعر، والتعاطف والتآلف بين المسلمين.

---

(١) كثير من الآباء والأمهات (والأزواج والزوجات) يشكون من بعض هذه التصرفات فيمن حولهم من أفراد الأسرة ويعانون من آثارها في الأسرة.

(٢) الوضوء والصلاة والطلاق وغير ذلك وهؤلاء كثيراً ما يُلحّون على بعض العلماء بأسئلة متكررة متقعرة، حتى إنهم يُضجرون أهل العلم (ومن أهل العلم من يستخدم خدمة إظهار رقم الهاتف المتصل فإذا أزعجه بعض هؤلاء ترك الإجابة عليه لشدة تنطع السائل)

*** صاحب الرأفة الشديدة.**

يتأثر كثيراً بالترهيب (إشفاقًا على نفسه) ويتفاعل مع آلام الآخرين ويميل إلى التعاطف معهم ومواساتهم قولاً وفعلاً.

قد يتساهل مع من تحت يده (زوجة ـ أبناء ـ بنات) حتى وإن وقعوا في مخالفات دينية كبيرة لغلبة الرأفة عليه وعدم قدرته على العقوبة.

*** الميال إلى الاستسلام والمجاملة.**

هذا يتأثر بمن يؤثر عليه فإن كانت المؤثرات حوله تدعوه إلى التدين تأثر بها ولو مجاملة أو استسلامًا لمن حوله (ولا سيما الوالدين) وقد لا يمتد تدينه إلى أعماق نفسه وربما قلّ تدينه إذا ابتعد عن المؤثرات التي تدعوه إلى التدين.

وإن كانت المؤثرات من حوله تدعو إلى الاتجاه المعاكس (ولا سيما الأصحاب) فإنه يسايرهم في ذلك وإن كان غير مقتنع باتجاههم وقد يقع في مشكلات أخلاقية أو مخالفات دينية لأجل مجاملة من حوله.

*** الميال إلى الريبة وسوء الظن.**

تؤثر هذه الصفات سلبًا في تدين الشخص فهو يبالغ في سوء الظن في الناس دون سبب يدعو لذلك وقد يُسقط[1] عليهم ما يجول في أعماق نفسه من سوء أو عيب أو تقصير وغالبًا ما يبالغ في الغيرة على المحارم إلى درجة سوء الظن الضارة بمحارمه والمؤثرة سلبًا على علاقاته الأسرية.

وهكذا الأمر في كل علة شخصية فإن لها أثرًا على جانب من جوانب التدين يختلف حجمًا وشدة باختلاف نوع العلة وشدتها وباختلاف الظروف المؤثرة الأخرى.

---

(١) انظر الإسقاط النفسي ص ٨١ .

الباب السادس

متفرقات

* المؤثرات العضوية على الشخصية.
* الشخصية والأمراض الجسمية.
* الشخصية والعمر.
* الشخصيات الصعبة.
* إصلاح الشخصية.
* الشخصية والنجاح.

المؤثرات العضوية على الشخصية

مما أكدته الأبحاث والدراسات الطبية في مجالي الطب النفسي وطب المخ والأعصاب أن الإصابات العضوية للدماغ تسبب ـ في كثير من الحالات ـ اضطرابات في الشخصية (في المزاج أو التفكير أو التصرفات أو كل ذلك).

ومن ذلك إصابات الحوادث ولا سيما تلك التي تؤثر في الفص الأمامي للدماغ فإنها تجعل الشخص الرزين العاقل الحكيم الحليم المتحلي بالرفق غضوبًا سريع الانفعال والاهتياج والاعتداء على غيره قولاً وفعلاً.

وكذلك المسكرات والمخدرات والمنشطات فإنها بدوام استخدامها تؤثر سلبًا في الطابع العام للشخصية تأثيرات كثيرة متنوعة فالهروين والحشيش يضعفان الهمة ويخمدان الفكر والعزيمة والغيرة، وأما القات وباقي المنشطات (كحبوب الكبتاقون) فإنها تجعل الشخص سريع الاستثارة عصبي المزاج عدواني الانفعال كثير الشك والريبة، وأمّا أم الخبائث فإنها تجمع ألوانًا من التغيرات السلبية في الشخصية فشخص تُبرز في شخصيته اللامبالاة وعدم الاكتراث وآخر تُبرز فيه سرعة الانفعال أو شدة الغيرة والشكوك في كل من حوله وهكذا.

وبعض الأمراض العضوية في الدماغ (كالأورام والجلطات المتكررة . . .) وخارج الدماغ (كاضطراب الغدة الدرقية) تؤثر سلبًا في الشخصية تأثيرات جزئية بحسب المناطق العصبية المتأثرة في الدماغ.

الشخصية والأمراض الجسدية

اهتمت بعض الدراسات النفسية ببحث العلاقة بين طباع الشخصية وبين بعض الأمراض الجسدية ومن أبرز ما يذكر في هذا المجال ما يسمى بالنمط السلوكي (أ)، والنمط السلوكي (ب).

النمط السلوكي (أ)(١)	النمط السلوكي (ب)
* كثرة الطموحات والأهداف وعلوها وتنوعها.	* هدوء الأعصاب.
* المبادرة في الإنجاز ومسابقة الوقت.	* الثقة بالنفس.
* شدة منافسة الآخرين ومسابقتهم.	
* الميل للتحدي والعدوانية والانفعال.	* التأني وحسن التقدير للأمور.
* الحرص الشديد على العمل والجدّ وترك الفوضى والإهمال والكسل.	* التدرج في الإنجاز والصبر والمثابرة.
* عدم القدرة على التأجيل، والميل للعجلة.	
* التطلع للوظائف الإدارية والمناصب العالية وما يرتبط بها من إنجازات متعددة.	* يملك نفسه عند الغضب.
- الجهاز العصبي والهرموني: فيه زيادة حساسية وسرعة تأثر.	- جهازه العصبي والهرموني فيهما اعتدال وتوسط في قابلية الاستثارة.
- هؤلاء أكثر عرضة للإصابة بأمراض الجهاز الدوري الدموي (ولا سيما الجلطات القلبية) وربما غير ذلك من الأمراض.	- أقل من غيره عرضة للإصابة بأمراض الجهاز الدوري الدموي.

(١) افترضته الباحثة النفسية دونبار (سنة ١٩٤٣) وبينت علاقته بالأمراض الجسدية ذات السبب النفسي ثم أكد الطبيبان فرومان وروزن مان (سنة ١٩٥٠) علاقة نمط (أ) بأمراض شرايين القلب. ويبدو أن هذا النمط يشمل بعض صفات الشخصية النرجسية والوسواسية والمرتابة والعدوانية.

● **ومن الأمراض والأعراض البدنية التي تصاحب بعض العلل الشخصية ما يلي:**

* اضطرابات الجهاز الهضمي (ولا سيما القولون العصبي).

* وداء السكري والضغط (ويزداد احتمال الإصابة بها مع تقدم العمر).

* والعطل الجنسي النفسي (ضعف الانتصاب أو سرعة الإنزال أو هما معًا)[١].

* الأعراض البدنية للقلق النفسي:

- ضربات القلب الزائدة في قوتها وسرعتها.

- سرعة التنفس مع شعور بشيء من الاختناق.

- آلام في الصدر والأكتاف والذراعين أو أحدهما.

- شعور بوخزات خفيفة في الصدر ولا سيما قرب منطقة القلب.

- شعور بالدوران (الدوخة) وفقد الاتزان أحيانًا.

- طنين في الأذنين.

- صداع وشد في عضلات الرأس أو الرقبة أو الوجه.

- شعور بحرارة (أو برودة) في الجسم فوق المعتاد مع عرق أو قشعريرة.

- شعور بتنميل أو وخزات كهربائية في مناطق متعددة من الجسم (أو رفرفة

---

(١) هذا عند الرجال، وأما عند النساء فيكثر الانقباض الجسدي النفسي (التصاق الفخذين وعضلات المهبل لشدة الخوف من عملية الإيلاج مع نفور من الزوج . . .) وكثيرًا ما يؤدي ذلك إلى خلافات زوجية وطلاق، والعيادات النفسية تشهد بذلك.

تحت الجلد كحركة جناح طائر صغير أو نحو ذلك).

ـ شعور بالرغبة في التبول بتكرار (دون وجود التهابات في المسالك البولية أو داء السكري أو نحو ذلك من أسباب).

* **الجسدنة: مجموعة آلام بدنية متنوعة ومتفرقة في الجسد، ليس وراءها سبب عضوي**، وأكثر ما يبرز ذلك لدىٰ أولئك الذين يتصفون بصفات:

ـ الاستسلام وضعف توكيد الذات.

ـ الإفراط في الرأفة.

ـ الشخصية الوسواسية.

ـ الشخصية التجنبية.

ـ الشخصية الكئيبة.

ـ الشخصية القلقة.

ـ الشخصية الاعتمادية.

وذلك لأن المشاعر النفسية لدىٰ هؤلاء لا تأخذ حريتها في التعبير الملائم بل تُكبت في النفس فتؤثر سلبًا علىٰ البدن ويكثر ذلك عند النساء.

الشخصية والانفصام

الشخصية نظام متكامل الوحدات والتركيب والوظيفة والهدف، وإن تغيرت أساليب عمل هذا النظام من شخص لآخر ومن ظرف لآخر (في الشخص نفسه)، فالمشاعر والأفكار والإدراك والتصرفات تتواصل فيما بينها بتناسق وتنظيم لتُمثل لنا شخصية فلان أو علان بما فيها من صفات إيجابية أو سلبية، رغم اختلاف الظروف والمواقف وتنوع العلاقات.

اعتاد كثير من الناس على استعمال مصطلح «انفصام الشخصية» وهم في الغالب يقصدون به أحد معنيين:

* الأول: تناقض الشخص مع نفسه في أقواله وأفعاله ومواقفه[١].

* الثاني: مرض الفصام العقلي وهو أحد أهم الأمراض النفسية المؤثرة سلبًا في القدرات العقلية والسلوك والتصرفات والشخصية، ولا يسمى بفصام الشخصية في المراجع العلمية وإن كان قد جرى العرف في كثير من الكتابات النفسية القديمة أن يستخدم مصطلح **«فصام الشخصية»** للدلالة على الفصام العقلي لأن الشخصية بسببه ينفرط نظامها المتماسك وتختل وحدتها الداخلية وقد تنفصم عن حقيقة الواقع الذي تعيشه.

وهناك مرض نفسي آخر له علاقة بالشخصية لكنه لا يُعدّ من اضطرابات الشخصية بقدر ما هو اضطراب نفسي عارض يحصل عند فئة من الناس في

---

(١) وبعض الناس يرى أن ذا الوجهين (الذي يأتي هؤلاء بوجه وهؤلاء بوجه) مصاب بانفصام في الشخصية والغالب أن ذا الوجهين له شخصية واحدة متماسكة من الداخل ولكنها تتقلب في الظاهر بحسب ما يخدم مصالحها غير المعلنة.

ظروف معينة وقد يزول بانتهاء الظروف أو يمتد فترة من الزمن بعدها، هذا المرض هو ما كان يسمىٰ باضطراب تعدد الشخصية حيث يزعم الشخص أنه شخص آخر وله شخصية أخرىٰ باسمٍ وصفات تختلف تمامًا عن صفات شخصيته الحقيقية وقد يظل يتأرجح بين شخصيتين أو أكثر وفي كل مرة ينكر الشخصية الأخرىٰ التي كان يزعمها لدوافع وعوامل نفسية معقدة، ولا تزال الأبحاث النفسية تتناول هذا المرض للوصول إلىٰ كشف غموضه ومعرفة أسراره، ولا يسمىٰ هذا المرض بفصام الشخصية ولا الفصام العقلي.

شخصية الذكر وشخصية الأنثى

تشترك شخصية الأنثى مع شخصية الذكر في كثير مما سبق ذكره من الصفات والعلل، وتفترقان في بعض الجوانب بناء على اختلافهما في التكوين الجسدي والتركيب الوظيفي لأنسجة الجسم، كما قد تفترقان بناء على الوضع الاجتماعي وما فيه من مؤثرات عدية وثقافية ونحو ذلك (فمثلاً في المجتمعات الغربية ليس بمستنكر أن تطغى الصفات الذكورية على الأنثى كأن تتولى المرأة بعض الأعمال الشاقة غير الملائمة لطبيعتها مثل الأعمال العسكرية وأعمال البناء ونحو ذلك).

الذكر	الأنثى
الموازنة بين العقل والعاطفة. الموازنة بين الرأفة والغلظة. الموازنة بين الاستسلام والعدوان الميل إلى: * الحزم. * القيادة. * شيء من الاستقلالية. * شيء من الخشونة (في القول والفعل).	الميل إلى العاطفة. الميل إلى الرأفة. الميل إلى الاستسلام. الميل إلى: * العطاء والتضحية. * الانقياد. * التبعية. * النعومة (في القول والفعل).
الهرمونات الذكرية (الأندروجينات) لها دور في ذلك.	الهرمونات الأنثوية (الاستروجينات) لها دون في ذلك.

إن من كمال شخصية المرأة أن تتوافر فيها الصفات الأنثوية (العاطفة والرأفة والنعومة . . . .) فهذا ما يتماشى مع فطرتها التي خلقت عليها ﴿**أو من ينشؤ في الحلية وهو في الخصام غير مبين**﴾، وإذا تطلعت المرأة إلى الصفات التي يتلحى بها الذكر في الغالب وذهبت تطاول الرجال فإن هذا ينقص شيئًا من أنوثتها ﴿**وليس الذكر كالأنثى**﴾. وقد شاع في بعض مجتمعاتنا العربية امتهان المرأة وإنقاص قدرها وتقليل شأنها في مقابل الرجل (وكأنها من رتبة أقل من رتبة الذكور في أصل الخلقة)، وأكثر ما يبرز ذلك في النظام القبلي وفي القرى والأرياف حتى وصل الأمر إلى التحكم في اختيارها وحريتها وتقييد شخصيتها حتى في أمر الزواج (قد تجبر على الاقتران بمن لا ترغبه) وفي أمورها المالية الخاصة بها. وهذا له أثر سلبي على شخصية المرأة في كثير من مجتمعاتنا اليوم، فمن نتائج ذلك:

إضعاف شخصية المرأة وثقتها بنفسها حتى في أمورها الخاصة بها مما ينعكس سلبًا على علاقتها بأسرتها وبذريتها وزوجها وكل من حولها، ومن ذلك جعلها خاضعة لإذلال الزوج المنحرف والاستسلام له أو الانسياق وراءه في ضلاله وغيّه ونحو ذلك مما هو مشاهد محسوس في مجتمعنا اليوم وله شواهد في العيادات النفسية من حالات بعض الأزواج وزوجاتهم، حيث إن الزوجة تعيش السنين الطويلة مع زوج أجبرت على الاقتران به قهراً وهي تعلم سوء أحواله فتعايش انحرافاته الأخلاقية والدينية ولا تستطيع الاعتراض على شيء منها لأن نظام بيئتها يستهجن اعتراضها حتى في مثل هذا الوضع ويشجعها على الخضوع والذلة وتحمل القهر، (وهذا خلاف ما أكرم الله به المرأة وشرعه لها من الحقوق) وقد يؤول الأمر في بعض الظروف إلى إيجاد نزعة تمردية في نفس المرأة مما يجعل بعض النساء تميل إلى العصيان والخروج عن سلطان طاعة الولي (الوالد أو الزوج) والاتصاف بشيء من الاستقلالية والغلظة وبعض الصفات الذكرية المنافية

لصفات المرأة وطبيعتها.

والخلاصة أن البيئة العربية فيها تقاليد اجتماعية (غير منضبطة بتعاليم الإسلام) تؤثر سلبًا على شخصية المرأة وعلى صحتها النفسية وبرز ذلك في الآونة القريبة مع ارتفاع وعي المرأة (بالتعليم والثقافة المتنوعة من خلال الوسائل الإعلامية المتعددة بما فيها من تحريض للمرأة على الرجل ودعوة المرأة لتقمص الدور الذكري على حساب كرامتها وأنوثتها).

وفي مقابل ذلك يتطلع بعض الذكور (ولا سيما بعض المراهقين) إلى الاتصاف ببعض الصفات الأنثوية والتي تنعكس على سلوكياتهم وعلاقاتهم بمن حولهم مما ينقص قدراً من رجولتهم ويؤثر سلبًا على مستقبل حياتهم ونجاحهم الفردي والاجتماعي.

ومن العلل النفسي النادرة اضطراب الهوية الجنسية لدى الشخصي فالذكر يضجر من كونه ذكراً ويريد أن يكون أنثى، والأنثى تضجر من أنوثتها وتريد أن تكون ذكراً وهذه أمراض لها أعراضها المتنوعة المعروفة في الطب النفسي ولها محاولات علاجية عديدة.

الشخصية والعمر

متى تتكون شخصياتنا وهل تستمر في التكون أم تقف عند حد معين؟ هل تبقى صفاتنا وطباع شخصياتنا كما هي بمرور أعوام أعمارنا أم إنها تتغير؟، وكيف تتغير؟ وما الذي يغيرها؟

هناك العديد من الأسئلة حول موضوع الشخصية والعمر مما تتطلب الإجابة عليه تفصيلات لا يتسع المجال هنا لإيرادها خصوصًا وأن هناك العديد من وجهات النظر والفرضيات المتنوعة.

يبدأ وضع اللبنات الأولى للشخصية في الطفولة وتستمر عملية البناء عبر المراحل العمرية اللاحقة (المراهقة والرشد . . .)، وتتشكل الشخصية بمعالمها الأساسية في أواسط العشرينات من العمر وتبدأ بعد ذلك بالتماسك والنضج العقلي والانفعالي والاجتماعي إلى أن يبلغ المرء أو أشده عند عمر الأربعين كما قال تعالى: ﴿ **حتى إذا بلغ أشده وبلغ أربعين سنة ...** ﴾ ، وهو السن الذي بلغه الرسول ﷺ عندما بعثه الله تعالى بالإسلام وحمّله الأمانة العظيمة.

يغلب على شخصية الطفل[1] الاندفاعية وراء الرغبات وضعف الصبر وقلة الاحتمال والميل إلى اللهو واللعب.

ويغلب على شخصية المراهق التقلب العاطفي وسرعة الاستثارة وقوة الانفعال والحماس وسرعة التنفيذ وضعف المثابرة.

ويغلب على شخصية الشاب[2] الجرأة والعجلة وبعض الحماس العاطفي.

وكلما تقدمت بالشاب السنون ومرت به التجارب والخبرات وخاض معترك الحياة تأثرت طباع شخصيته بحسب ما يمر به من أحوال وظروف وبحسب تفاعله هو مع الأحداث من حوله فقد تتهذب شخصيته وتزداد نضجًا واستقرارًا وقد تعوَجّ وتزداد عوجًا.

ومن العوامل المؤثرة في نمو الشخصية البيئة الاجتماعية وما فيها من مؤثرات ثقافية وأساليب تربوية فالفتى الصغير حديث العهد بالبلوغ قد ينمو نموًا حسنًا إذا

---

(١) يرى كثير من النفسانيين أن الطفل ليس له شخصية بالمعنى الاصطلاحي للشخصية وأنها لا تتكون إلى قرب عمر العشرين.

(٢) ليس بالضرورة أن ينطبق ذلك على كل شاب.

ساعدته بيئته فيسلك مسلك الرجال[١] في أقواله وأفعاله (وإن بقي فيه بعض الطيش اليسير)، وقد يتعثر نموه النفسي والاجتماعي ويتأخر كثيراً، فتجد أحدهم يتخطى الثلاثين من عمره ولا يزال ينقصه الشيء الكثير في شخصيته.

وأما العلل الشخصية فإنها بمرور الزمن قد تتحسن بعض الصفات السلبية فيها ولكن بعض صفات العلل الشخصية لا تزداد بمرور الزمن إلا رسوخًا واستمرارًا، كالعُجب والكبر والاحتيال لأنها تتعزز بمرور الزمن وما يتم فيه من إنجازات متنوعة فالشاب المعجب بنفسه يفتخر بتعليمه وشهاداته وقت شبابه وإذا كبر وجمع المال فاخر بالمال والجاه ثم إذا صار له أولاد تركز افتخاره على أولاده وهكذا.

والخلاصة أن العامل الزمني وحده ليس بذي أثر كبير في الشخصية وإنما المؤثر الحقيقي هو الأحداث والخبرات والتجارب والتحصيل العلمي والعملي فمن استثمر الزمن عمليًا وحقق فيه ما يبني شخصيته نضج قبل غيره ممن ينتظر النضج من تعاقب الشهور دون جهد شخصي.

---

(١) كما هو الأمر في الأجيال السابقة لجيلنا هذا فقد كانوا يتزوجون قبل بلوغ العشرين ويتحملون تبعات الحياة ومشاقها ولديهم قدر كبير من النضج النفسي والاجتماعي وهم لم يزالوا صغاراً يافعين.

الشخصيات الصعبة

ظهر في الغرب خلال العقدين الماضيين اهتمام كبير بالعلوم النفسية الاجتماعية ولا سيما ما يتعلق بمجال العلاقات الشخصية والمهنية ومجال الإدارة وبيئة العمل، وانشئت العديد من المعاهد والمراكز المختصة بهذه المجالات كما أُلّفت في ذلك عدة مؤلفات متنوعة لاقت قبولاً في المجتمع وصارت من أكثر الكتب مبيعًا وترجم كثير منها إلى عدد من اللغات الأخرى، ومنها اللغة العربية ومن هذه الكتب:

* التعامل مع من لا تطيقهم (بيت الأفكار الدولية ١٩٩٨).
* العمل مع ذوي الطباع الصعبة (مكتبة جرير ١٩٩٩).
* العمل مع أصعب الناس (مكتبة جرير ١٩٩٩).
* الدليل الدائم للنجاح مع الناس (مكتبة جرير ٢٠٠٠).
* فن ومهارة التعامل مع الناس (مكتبة جرير ٢٠٠٠).
* كيف تنتصر على ذوي الطباع الصعبة (مكتبة جرير ٢٠٠١).
* ٢١ يومًا للحصول على القوة والسيطرة في تعاملك مع الآخرين (مكتبة جرير ٢٠٠١).
* كيف تتمتع بالثقة والقوة في التعامل مع الناس (مكتبة جرير ١٩٩٨).
* فن التعاطي مع الشخصيات الصعبة (الدار العربية للعلوم ١٩٩٨).

وهذه الكتب فيها ما فيها من الفوائد الكثيرة وعليها بعض الملحوظات والتي منها:

* أنها في الأصل (قبل الترجمة) كُتبت لتناسب تلك المجتمعات الغربية (بثقافتها وطبيعة علاقتها الاجتماعية وقيمها الأخلاقية) والتي كثيراً ما يغلب عليها التنافس الفردي في الماديات وإثبات الذات ولو على حساب بعض القيم الأخلاقية، وهذا لا يتناسب مع المجتمعات الإسلامية التي لا يزال فيها شيء من روح التعاليم الدينية والمعاني الخُلقية، ومما يزيد الفجوة بين الكتاب والمتلقي العربية كون الأسماء والأمثلة باقية على ما وضعت له في الأصل (مثل: روبرت، كاثي . . .).

* كون كثير منها من تأليف أشخاص تنقصهم الخبرة في النواحي النفسية وإن كانوا يملكون معرفة جيدة بالإدارة البشرية.

* التكرار وتشابه الأفكار في كثير منها.

* بعض الترجمات حرفية (تترجم كل كلمة على حدة وإن كان سياق الجملة يقتضي بعض التصرف لسبك المعنى في قالب لغوي أقوى دلالة وأوضح عبارة).

في هذا الكتاب حاولت إلقاء الضوء على كثير من مواضع الصعوبة في العلل الشخصية المتنوعة عن طريق إيراد الصفات النفسية المعتلة ومتعلقاتها الاجتماعية والفردية، مع إيراد بعض الأمثلة التوضيحية من واقع مجتمعاتنا وما فيها من مؤثرات متنوعة، وذكرت بعض الإرشادات السريعة في كثير من المواضع للتعامل مع تلك الجوانب المعتلة في تلك الشخصيات، ويصعب وضع قواعد ثابتة للتعامل مع كل علة شخصية لأن الشخصيات وإن اجتمعت في كثير من الصفات إلا إن بينها من الفروقات ما يُحتم التمييز بينها في التعامل كما إن الغالب في علل الشخصية اجتماع أكثر من علة (خليط من صفات بعضها مع بعض) كالنرجسية مع المحتالة وكالمرتابة مع القاسية (المفرطة في الغلظة) ونحو ذلك.

وقد تركت (خشية الإسهاب والإطالة) بعض التفصيلات الفرعية والتي يمكن أن يستنتجها القارئ بنفسه، وإن كان الأولى بسطها بشيء من التوضيح خشية الالتباس فمن ذلك مثلاً:

التأثر بالانتقادات والانزعاج منها:

فالمرتاب لا يحتمل الانتقادات لأنها تشعره بتقصي العيوب والعداء.

والنرجسي لا يحتمل الانتقادات لأنها تشعره بالانتقاص من قدره وتقليل شأنه وهو يرى نفسه فوق النقد.

والمتجنب لا يحتمل الانتقادات لأنها تشعره بعدم قبول الآخرين له أو عدم رضاهم عنه.

والمبالغ في الدقة لا يحتمل الانتقادات لأنها تشعره بالتقصير وعدم بلوغ والكمال الذي يزعمه.

والاعتمادي لا يحتمل الانتقادات إذا شعر أنها تهدده بتخلي من حوله عنه وفقد المعين.

والمتقلب الانفعالات لا يحتمل الانتقادات لأنها تشعره الكراهية والنبذ والوحدة.

إصلاح الشخصية

قد يكون من الصعب علىٰ كثير من النفوس تغيير شيء من طباعها أو طباع من حولها كما يقال: «**تغيير جبل أهون من تغيير جبلّة**»، وهذا أكثر ما يصدق علىٰ الصفات الجبليّة المتعلقة بعوامل الوراثة وخلقة الدماغ وتكوين الجهاز العصبي وما يدخل تحت وظائفه النفسية، ولكن هذا لا يعني الاستسلام وترك حبل النفس علىٰ غاربها دون توجيه وإصلاح.

قال ابن المقفع: «**وعلى العاقل أن يحصي على نفسه مساويها في الدين والأخلاق وفي الأدب، فيجمع ذلك كله في صدره أو في كتاب، ثم يُكثر عرضه على نفسه ويكلفها إصلاحه**»[١].

فالعاقل يبحث عن عيوبه ويراجع نفسه ويتأمل حاله وطباع شخصيته وما فيها من مواطن ضعف وخلل، ويسعىٰ في إصلاحها بما يستطيع، ومن ظنّ أن شخصيته ليست بحاجة إلىٰ مراجعة ومتابعة[٢] فهو من أحوج الناس، في الحقيقة، إلىٰ ذلك.

* اعرف حقيقة المراد بالشخصية وجوانبها المتنوعة[٣] وطبق ذلك علىٰ

---

(١) الأدب الصغير، ابن المقفع.

(٢) يبرز ذلك في أولئك الذين يبالغون في الاعتداد بأنفسهم والإعجاب بها (الشخصية النرجسية)، أما المتصفون بالحرص والدقة المبالغ فيها فإنهم وإن سعوا إلىٰ الكمال والمثالية لا يدّعون الوصول إلىٰ ذلك، في قرارة أنفسهم.

(٣) انظر ص ٥٩ (أهم الجوانب التي تنبغي مراعاتها عند الحكم علىٰ الشخصية).

شخصيتك (المشاعر والفهم والإدراك والسلوك، والقيم والميول والرغبات والقناعات والقدرات . . . .).

* تأمل العوامل المؤثرة في تكوين شخصيتك ومدىٰ أثرها عليك إيجابًا وسلبًا:

- العوامل الوراثية.

- التربية التي تلقيتها في الأسرة والمدرسة.

- البيئة التي عشت فيها وما فيها من مؤثرات.

- الضغوط والعقبات التي واجهتك في حياتك.

* تلمّس حقيقة دوافعك الداخلية ومدىٰ تأثيرها علىٰ سلوكك وتفكيرك ومشاعرك ومدىٰ تحقيقك لحاجاتك النفسية الاجتماعية.

* اعرف مدىٰ قدرتك علىٰ تحمل الضغوط ومواجهة العقبات، وعلىٰ التكيف معها، وهل لديك شيء من ردود الأفعال الخاطئة وسوء التوافق[١].

* اعرف مدىٰ لجوء نفسك إلىٰ الحيل النفسية[٢] (عند التعرض لبعض المواقف) وما أبرز ما تستخدمه النفس منها، والمدىٰ الذي تعتمد عليه ورضاك عن ذلك أو انزعاجك منه.

* تأمل طريقة تفكيرك ومحتوىٰ أفكارك ونوع قناعاتك وما عسىٰ أن يكون في ذلك من خلل وما يترتب علىٰ ذلك من سلوكيات متنوعة في حياتك الخاصة وعلاقاتك الاجتماعية[٣].

---

(١) انظر ص ٧٨. (التوافق الحسن والتوافق السيء).

(٢) انظر ص ٧٩ ومابعدها (الحيل النفسية).

(٣) انظر ص ١٢٣ وما بعدها (أخطاء التفكير).

* اطّلع على علل الشخصية وصفاتها المتنوعة[1]، وما قد يوجد فيك من بعض الصفات غير السوية، وكن صريحًا مع نفسك صادقًا في تقويمها منصفًا لها دون محاباة ودون ظلم لها ومبالغة في اتهامها بالاعتلال.

* ابذل جهدًا ذاتيًا كافيًا لإصلاح ما تجده من عيوب النفس، مستفيدًا من كل ما تستطيع من العلوم والمعارف النفسية وما يتعلق بها من الآداب والأخلاق.

* قد تجد نفسك بحاجة إلى الاستعانة بشيء من الخدمات النفسية المختصة بعلاج اعتلالات الشخصية فلا تتردد في ذلك وابحث عن من لديه خبرة جيدة في هذا المجال.

---

(١) انظر الباب الرابع ص ١٧٧ وما بعدها (أهم اعتلالات الشخصية).

الشخصية والنجاح

النجاح الشخصي متعدد المجالات (دراسي ـ وظيفي ـ اجتماعي ـ مالي . .) وليس كل من حقق نجاحًا في مجال منها يضمن تحقيق النجاح في المجالات الأخرىٰ فكم من ناجح في دراسته وتعليمه ومؤهلاته لكنه فاشل في وظيفته (بسببه أو بسبب غيره)، وكم من ناجح في استثماراته المالية لكنه مخفق في النواحي الاجتماعية.

وليس كل من أخفق في مجال فشل في غيره، فكم من شخص لم يوفق في التعليم لكنه موفق في التجارة، وكم من شخص لم يوفق في مجال عمله لكنه ناجح اجتماعيًا في أكثر من مجال.

وهذا يدل علىٰ أن للنجاح عوامل متعددة فوقها تقدير الله وتوفيقه وحكمته فلو أن من نجح في مجال ضَمِنَ النجاح والتوفيق في كل المجالات، وأن من أخفق في مجال لزمه الإخفاق في كل المجالات لا نْقسَم الناس إلىٰ ناجحين وفاشلين؛ ناجحين في كل شيء (تعليم ووظيفة و . . . .) وفاشلين في كل شيء وربما أعجب الناجحون بأنفسهم واستعلىٰ بعضهم واستكبر، وربما أَيس الفاشلون واستسلموا للفشل . . .

إن النجاح (أيًا كان مجاله) لا يأتي جزافًا عبثًا ، وإنما له أسبابه المتعددة ويهمنا هنا الأسباب النفسية، والتي يمكن تعداد أبرزها.

أبرز الأسباب النفسية للنجاح:

١ ـ الثقة المتزنة بالنفس مع الاعتماد علىٰ الله تعالىٰ والتوكل عليه.

٢ ـ الطموح المتزن (طموح يتناسب مع حجم القدرات والإمكانات).

٣ ـ حسن الفهم والتدبير (التخطيط ـ استثمار الأوقات . .).

٤ ـ الجرأة المتزنة والإقدام ببصيرة وحيطة.

٥ ـ المثابرة في بذل الجهد للوصول للأفضل.

٦ ـ الاعتدال والتوسط:

ـ في فهم الذات وتقديرها حق قدرها (بين الغرور واحتقار الذات).

ـ في استعمال الظن بالناس (بين سوءالظن وحسن الظن).

ـ في استعمال الرأفة والغلظة.

ـ في استعمال العقل والعاطفة.

ـ في اشباع الحاجات النفسية والعضوية.

ـ في توكيد الذات عند التعامل مع الآخرين (بين الاستسلام والعدوان).

ـ في تأنيب الضمير ومراقبته.

ـ في المزاج والمشاعر.

وغير ذلك.

٧ ـ التكيف الحسن مع الضغوط النفسية والإحباطات والأزمات.

* * *

إن النجاح الحقيقي في حياة الإنسان هو ذلك الفلاح الذي يأخذ في الحسبان البعد الزمني للحياة دنيا وأخرىٰ، فما فائدة النجاح الشخصي (المالي

والاجتماعي . . .) إذا كان لمدة محدودة وعلى حساب النجاح الأخروي طويل الأمد؟! .

ومن الأمثال العالمية المعروفة قولهم : «من يضحك أخيراً يضحك كثيراً» فكم من ضاحك سعيد اليوم بنجاحه في أعين البشر ومقاييسهم يخطط لسنوات قادمة في حياته وحياة أولاده (لا يدري هل يبلغها أم لا) ويغفل عن أسباب النجاح في المرحلة القادمة التي لا ريب فيها، ولا مجال فيها للمراوغة والادعاء الكاذب.

قال الله تعالى: ﴿اعْلَمُوا أَنَّمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا لَعِبٌ وَلَهْوٌ وَزِينَةٌ وَتَفَاخُرٌ بَيْنَكُمْ وَتَكَاثُرٌ فِي الأَمْوَالِ وَالأَوْلادِ كَمَثَلِ غَيْثٍ أَعْجَبَ الْكُفَّارَ نَبَاتُهُ ثُمَّ يَهِيجُ فَتَرَاهُ مُصْفَرًّا ثُمَّ يَكُونُ حُطَامًا وَفِي الآخِرَةِ عَذَابٌ شَدِيدٌ وَمَغْفِرَةٌ مِنَ اللَّهِ وَرِضْوَانٌ وَمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا إِلاَّ مَتَاعُ الْغُرُورِ﴾ [الحديد: ٢٠].

نماذج شخصيات يقتدى بها

١ـ محمد صلى الله عليه وسلم.

٢ ـ إبراهيم عليه الصلاة والسلام.

٣ ـ يوسف عليه الصلاة والسلام.

٤ ـ أبو بكر الصديق (رضي الله عنه).

٥ ـ عمر بن الخطاب (رضي الله عنه).

٦ ـ عمر بن عبدالعزيز (رحمه الله).

(١) محمد صلى الله عليه وسلم

فقد كان خلقه القرآن فكان أحسن الناس خُلقًا؛ اجتمعت فيه مكارم الأخلاق : من صدق وأمانة وحلم وحياء ووفاء وكرم وشجاعة وعفو وصفح ورحمة ورأفة وكظم غيظ وعفة وتواضع ويقين وتقوىٰ وغيرها، وكان بعيدًا عن مساوئ الأخلاق ورديء الطباع كلها، وبدراسة شمائل الرسول صلوات الله عليه، تعرف مكارم الأخلاق معرفة تطبيقية عملية، ثم تكون لدىٰ العقلاء الحكماء أمثلة للاقتداء بها، واتباع خطواتها، وبدراسة شمائله تتهيأ أمام الناس القدوة الحسنة، ذات الصفات الخلقية العظيمة، والتي تجذبهم إلىٰ محبتها والاقتداء بها(١).

(٢) إبراهيم عليه الصلاة والسلام

ويبرز في شخصيته الحرص علىٰ اتباع الحق والبحث عن الصواب والجهر به والدفاع عنه والمجادلة بالتي هي أحسن مع المخالفين والرأفة بهم والحرص علىٰ كسب قلوبهم(٢)، وقد كان قانتًا لله يخافه ولا يخاف سواه وكان حليمًا أوّاهًا منيبًا إلىٰ الله كثير الرجوع إليه قوي الاعتماد عليه.

(٣) يوسف عليه الصلاة والسلام

ويبرز في شخصيته الصبر العظيم علىٰ أنواع متعددة من البلايا والمحن مع المثابرة والسعي إلىٰ معالي الأمور والعفو عند المقدرة وحسن التدبير الإداري والمالي والاجتماعي.

---

(١) الأخلاق الإسلامية وأسسها عبدالرحمن الميداني (١/ ٤٣٦).

(٢) انظر سورة الأنعام (٧٤ ـ ٨١)، وسورة مريم (٤٢ ـ ٤٨).

(٤) أبو بكر الصديق (رضي الله عنه).

ويبرز في شخصيته الصدق وعمق الإيمان ورقة القلب والتقوىٰ والورع والحياء والإيثار، والرحمة والرأفة وحسن المعاشرة والحكمة ورباطة الجأش والحزم في مواضعه، والعمل بالعلم.

(٥) عمر بن الخطاب (رضي الله عنه)

ويبرز في شخصيته قوة الرأي وبعد النظر والشجاعة والإقدام وترك المجاملات والعدل والرحمة وحسن التدبير مع شعور عميق بالمسئولية وأهمية محاسبة الرعية.

(٦) عمر بن عبدالعزيز (رحمه الله)

قال عنه الذهبي[١]: «قد كان هذا الرجل حسن الخلق والخُلق، كامل العقل، حسن السمت، جيد السياسة، حريصًا علىٰ العدل بكل ممكن، وافر العلم، فقيه النفس ظاهر الذكاء والفهم، أواهًا منيبًا، قانتًا لله، حنيفًا زاهدًا لله مع الخلافة ناطقًا بالحق مع قلة المعين . . . . وكان يتمثل بأبيات منها:

يُرى مستكينًا وهو للهو ماقت ... به عن حديث القوم ما هو شاغله
وأزعجه علم عن الجهل كله ... وما عالم شيئًا كمن هو جاهله
عبوس عن الجهال حين يراهمُ ... فليس له منهم خدين يهازله

(١) سير أعلام النبلاء ٥/ ١٢٠.

المراجع العربية

١ ـ المصباح المنير في تهذيب تفسير ابن كثير ـ بإشراف المباركفوري .

٢ ـ أضواء البيان ـ الشنقيطي .

٣ ـ التفسير القيم لابن القيم ـ الندوي .

٤ـ شرح العقيدة الطحاوية لابن أبي العز الحنفي .

٥ـ القول المفيد على كتاب التوحيد ـ ابن عثيمين .

٦ ـ فتح الباري بشرح صحيح البخاري ـ ابن حجر .

٧ ـ صحيح مسلم بشرح النووي .

٨ ـ مجمع الزوائد ـ الهيثمي .

٩ ـ المعجم المفهرس لألفاظ الحديث النبوي .

١٠ ـ سلسلة الأحاديث الصحيحة ـ الألباني .

١١ ـ القواعد والأصول الجامعة ـ ابن سعدي .

١٢ ـ قاعدة الأمور بمقاصدها ـ د . عائشة بيومي .

١٣ ـ روضة العقلاء ـ ابن حبان .

١٤ ـ الأخلاق والسير في مداواة النفوس ـ ابن حزم .

١٥ ـ ميزان الاعتدال ـ الذهبي .

١٦ ـ لسان العرب ـ ابن منظور .

١٧ ـ المفردات في غريب القرآن ـ الراغب الأصفهاني .

١٨ ـ التعريفات ـ الجرجاني .

١٩ ـ مجمع الأمثال ـ الميداني .

٢٠ـ مقصورة ابن دريد .

٢١ ـ خيار ما يلتقط من شعر النبط ـ عبدالله الحاتم .

٢٢ ـ ديوان النبط ـ خالد الفرج .

٢٣ ـ سيكولوجية الشخصية ـ د. سيد غنيم .

٢٤ ـ أصول علم النفس ـ د. أحمد عزت راجح .

٢٥ ـ الصحة النفسية ـ د. حامد زهران .

٢٦ ـ الإسلام وعلم النفس ـ محمد محمود عبدالجابر .

٢٧ ـ الصحة النفسية في ضوء علم النفس والإسلام ـ د. محمد عودة و د. كمال مرسي .

٢٨ ـ مدخل إلى علم النفس الاجتماعي ـ د. فلاح العنزي .

٢٩ ـ علم النفس الدعوي ـ د. عبدالعزيز النغيمشي .

٣٠ ـ الانفعالات ـ التشخيص والعلاج ـ د. عبدالعزيز النغيمشي .

٣١ـ تعليم التفكير ـ د. فتحي جروان .

٣٢ ـ السلوك التنظيمي ـ د. أحمد ماهر .

٣٣ ـ مقياس التحليل الاكلنيكي ـ د. محمد السيد عبدالرحمن ود. صالح أبو عباة .

٣٤ـ الأدب الصغير والأدب الكبير ابن المقفع .

٣٥ـ توكيد الذات ـ د. طريف شوقي فرج .

* * *

المجـــلات:

١ ـ مجلة المعرفة ـ عدد ٤١ ـ شعبان ١٤١٩هـ.

٢ ـ مجلة دراسات نفسية ـ اكتوبر ١٩٩٥م .

المراجع الأجنبية

1- Psychodynamic Psychiatry in clinical practice. Glen O. Gabbard.

2- Diagnostic and statistical manual of mental disorders - Fourth edition, Text revision - American Psychiatric Asso ciation.

3- Comprehensive textbook of Psychiatry. Kaplan & Sadock.

4- Disorders of Personality. Theodore Millon.

5- Introduction to Psychology - Atkinson , Atkinson smith & Bem.

6- Psychiatry, Oxford core text. Gelder, Mayou & Geddes.

7- Principles of Social Psychiatry. D. Bhugra & J. Leff.

8 - Community Psychiatry. D. Bennett & H. Freeman.

9- Do not believe it for a moment A. Lazarus, C. Lazarus & A. Fay.

الفهـرس

الموضـــــوع	الصفحـة
* المقدمة	٣
* لماذا نهتم بالشخصية	٥
• الباب الأول: كيان الشخصية	٧
١ ـ * المراد بالشخصية	٩
* سمات الشخصية	١١
* لفظ الشخصية عند العرب	١٢
* تصورات الفرد (ومن حوله) عن شخصيته	١٣
٢ ـ أهم العوامل المؤثرة في تكوين الشخصية	
* الوراثة	١٧
* الخلقة	١٨
* الأسرة وأساليب التنشئة	٢١
* المؤثرات الثقافية والاجتماعية	٢٢
* الأزمات والعقبات النفسية	٢٢
٣ ـ محركات الشخصية	٢٤
أهم الدوافع والحاجات	٢٨
الحاجة إلى الدين	٢٨
الحاجة إلى الأمن	٢٩
الحاجة إلى الاستقلال الشخصي	٣٠
الحاجة إلى إشباع الفضول/ حب الاستطلاع	٣١
الحاجة إلى الاستحسان التقدير	٣١
الحاجة إلى تبادل المحبة	٣١
الحاجة إلى الصحبة والانتماء	٣٢

• **الباب الثاني: تكوين التصور عن الشخصية** ٣٣
أ ـ أهم الأخطاء الشائعة في تقويم الشخصية ٣٤
١ ـ الاعتماد على المظهر دون المخبر ٣٥
٢ ـ الاعتماد الكلي على آراء الآخرين دون تثبت ٣٨
* التأثيرات الاجتماعية في عملية التقويم ٤٠
ـ أثر الهالة ٤٠
ـ أثر الأولية ٤٠
ـ أثر التضاد ٤١
ـ أثر تأطير القرار ٤١
ـ أثر الإضعاف ٤١
ـ أثر الحسد والبغضاء والهوى ٤٢
٣ ـ الاعتماد علي انطباع الشخص عن نفسه ٤٣
* السيرة الذاتية ٤٤
٤ ـ الاعتماد على الظن والحدس والتخمين (دون قرائن) ٤٥
* الفراسة ٤٨
* الإلهام ٤٩
٥ ـ التقويم التطرفي ٥٠
ب ـ نحو منهج أصوب في تقويم الشخصيات ٥٤
١ ـ احذر الأخطاء الشائعة في تقويم الشخصية ٥٥
٢ ـ اعرف شخصيتك فهي المنظار ٥٥
٣ ـ نوّع مصادر المعلومات وانتبه لمصداقيتها ٥٧
٤ ـ انظر إلى جوانب الشخصية نظرة شمولية ٥٨
* أهم الجوانب التي تنبغي مراعاتها عند الحكم على الشخصية ٥٩
٥ ـ اجمع أكبر قدر ممكن من المعلومات المفيدة ٦١
٦ ـ وازن بين السلبيات والإيجابيات ٦٢
٧ ـ لا يكن تقويمك نهائيًا لا يقبل المراجعة ٦٤

الموضوع	الصفحة

لباب الثالث: اعتلال الشخصية ٦٧

١ ـ الشخصية بين السواء والاعتلال: ٦٨

* الشخصية السوية ٦٩
* علامات اعتلال الشخصية (عامة خاصة). ٧٣
* التكيف مع الضغوط النفسية ٧٥
- ردود الأفعال الخاطئة ٧٦
- الخطوات المناسبة ٧٧
- التوافق الحسن والتوافق السيء ٧٨

٢ ـ الحيل النفسية: ٧٩

١ ـ الإسقاط النفسي ٨١
٢ ـ الاستدماج النفسي ٨٤
٣ ـ الإنكار التلقائي ٨٧
٤ ـ التسويغ (التبرير) ٨٩
٥ ـ التقمص (التقليد اللاشعوري) ٩٣
٦ ـ الإزاحة النفسية ٩٧
٧ ـ التنفيس بالعدوان أو بالسيطرة ١٠٠
٨ ـ التكوين العكسي ١٠٤
٩ ـ الهروب إلى الخيال بدل الواقع ١٠٦
١٠ ـ التعالي والتعاظم ١٠٨
١١ ـ التذلل والتصاغر المذموم ١١٢
١٢ ـ الإفراط في الدعابة ١١٣
١٣ ـ الإفراط في الإيثار والتضحية للآخرين ١١٤
١٤ ـ الإفراط في الزهد ١١٥
١٥ ـ التعويض النفسي ١١٧
١٦ ـ التسامي النفسي ١١٩
١٧ ـ النكوص النفسي ١٢٠

الموضوع	الصفحة
ملخص الحيل النفسية	١٢١
٣ ـ أخطاء التفكير:	١٢٣
* مقدمة في التفكير	١٢٥
* التفكير النافع	١٢٧
* الأخطاء	١٢٧
١ ـ التوافق يعني السببية	١٢٨
٢ ـ إيراد المعنى المكروه يدل على الرغبة فيه أو احتمال وقوعه	١٣١
٣ ـ اكتشاف الخلل يعني التسبب في إيجاده	١٣٣
٤ ـ الاحتجاج بالقضاء والقدر فيما لا يسوغ فيه الاحتجاج بذلك	١٣٥
٥ ـ تسليم مفاتيح التفكير لأيدي المشاعر	١٣٧
٦ ـ استيلاء الرغبات على التفكير (التفكير الرغبي)	١٣٩
٧ ـ بادي الرأي	١٤١
٨ ـ الإلزام بما لا لزوم فيه	١٤٣
٩ ـ الغاية تبرر الوسيلة	١٤٥
١٠ ـ لكي تكون سعيداً لابد أن يرضى عنك الجميع	١٤٦
١١ ـ لكي تكسب رضا الناس وتقديرهم ازدد مسايرة لهم على كل حال	١٤٨
١٢ ـ رهبوت خير من رحموت	١٥٠
١٣ ـ سوء الظن من حسن الفطن	١٥٢
١٤ ـ خالف تعرف وخالف تذكر	١٥٣
١٥ ـ المبالغة في التضخيم	١٥٥
١٦ ـ المبالغة في التصغير	١٥٧
١٧ ـ المبالغة في التعميم (إثباتًا ونفيًا)	١٥٨
١٨ ـ التفكير الحدي (طرفي النقيض)	١٦٠
١٩ ـ نجاح غيري يعني فشلي	١٦٢

الموضوع	الصفحة
٢٠ ـ توهم المنافاة فيما لا منافاة فيه	١٦٤
٢١ ـ جعل عدم العلم بالأمر علمًا بعدمه	١٦٦
٢٢ ـ التعامي عن المشكلة كفيل بحلها	١٦٨
٢٣ـ الانتقاد طريقة صحيحة وكافية لإصلاح أخطاء الآخرين	١٧٠
٢٤ ـ الاكتفاء بالتفكير النظري في حل المشكلات العملية .	١٧١
٢٥ ـ الزمن وحده كفيل بحل المشكلات.	١٧٢
٢٦ ـ من الذكاء استغلال الآخرين والظروف لتحقيق مكاسب شخصية	١٧٤
الباب الرابع: أهم اعتلالات الشخصية	١٧٧
* الشخصية بين سوء الظن والسذاجة	١٧٩
ـ الشخصية المرتابة	١٨٢
ـ السذاجة	١٩٣
* الشخصية بين الإفراط في الغلظة والإفراط في الرأفة	١٩٩
ـ المفرط في الغلظة	٢٠١
ـ المفرط في الرأفة	٢٠٤
* الشخصية بين الاستسلام والعدوان	٢٠٩
ضعف توكيد الذات (الاستسلام)	٢١٢
الفرق بين الحياء والخجل	٢١٤
السلوك التوكيدي	٢١٧
التسلط والعدوان	٢٢١
* الشخصية بين الانزواء وطلب الأضواء	٢٢٥
ـ الشخصية المعتزلة	٢٢٦
ـ الشخصية التجنبية	٢٢٩
ـ الشخصية جاذبة الأنظار (الهستيرية)	٢٣٢
ـ الشخصيةالنرجسية (المعجبة بذاتها).	٢٣٧

الموضــــــوع	الصفحــة

* الثقة بالنفس بين تضخيم الذات (الغرور) واحتقار الذات	٢٥٧
* الضمير بين التضخم والضمور	٢٦٥
- صفات الشخص ذي الضمير المتضخم	٢٦٩
* الحرص والانضباط والدقة بين التشدد والاهمال	٢٧١
- الحرص والانضباط والدقة	٢٧٢
- الشخصية الوسواسية	٢٧٤
* الذكاء والحياء والاحتيال	٢٨٣
- الشخصية المحتالة الماكرة	٢٨٤
* المحتالون المتدينون	٢٩٣
- الشخصية المضادة للمجتمع	٢٩٦
- الشخصية ذات المقاومة والعدوان السلبي	٢٩٨
* الشخصية بين العقل والعاطفة	٣٠٠
* الشخصية بين الاستقلالية والاعتمادية	٣٠٢
- الشخصية الاعتمادية	٣٠٣
* الشخصية الكئيبة	٣٠٦
* الشخصية القلقة	٣٠٩
* الشخصية المتقلبة المزاج والعلاقات (الحدية)	٣١١
* الشخصية الغريبة الشاذة	٣١٦
* ظروف الطفولة والمراهقة وعلل الشخصية	٣١٧
الباب الخامس: الشخصية والتدين	٣١٩
- تصور الناس للتدين	٣٢١
- الإسلام والنفس	٣٢٢
- أثر التدين في الشخصية	٣٢٤
* في الضمير	٣٢٥
* في الأمن النفسي	٣٢٦

الموضوع	الصفحة
* في الهوية الذاتية والثقة بالنفس	٣٢٦
* في التكيف مع الأزمات	٣٢٧
* في الاهتمامات والهوايات وقضاء الأوقات	٣٢٨
* في المهارات الاجتماعية	٣٢٩
* في تنمية الصفات الإيجابية	٣٢٩
* في تهذيب الصفات السلبية	٣٢٩
ـ **أثر الشخصية في التدين**	٣٣٢
* الشخص الميال إلى العقلانية	٣٣٣
* الميال إلى العاطفية	٣٣٤
* المتقلب المزاج والتصرفات	٣٣٤
* النفعي الأناني	٣٣٤
* الميال إلى العناد والتحدي	٣٣٤
* المعجب بنفسه المتكبر	٣٣٥
* المبالغ في الدقة وتأنيب الضمير	٣٣٦
* صاحب الغلظة والقسوة	٣٣٦
* صاحب الرأفة الشديدة	٣٣٧
* الميال إلى الاستسلام والمجاملة	٣٣٧
* الميال إلى الريبة وسوء الظن	٣٣٧
الباب السادس: متفرقات	٣٣٩
ـ المؤثرات العضوية على الشخصية	٣٤١
ـ الشخصية والأمراض الجسدية	٣٤٢
* النمط السلوكي أ ـ والنمط السلوكي ب	٣٤٢
* الأمراض والأعراض البدنية المصاحبة لبعض علل الشخصية	٣٤٣
* الجسدنة	٣٤٤
ـ الشخصية والانفصام	٣٤٥

الموضـــوع	الصفحـــة
ـ شخصية الذكر وشخصية الأنثى	٣٤٧
ـ الشخصية والعمر	٣٤٩
ـ الشخصيات الصعبة	٣٥٢
ـ إصلاح الشخصية	٣٥٥
ـ الشخصية والنجاح	٣٥٨
ـ نماذج شخصيات يقتدىٰ بها	٣٦١
* محمد ﷺ.	٣٦٢
* إبراهيم عليه الصلاة والسلام	٣٦٢
* يوسف عليه الصلاة والسلام	٣٦٢
* أبو بكر الصديق رضي الله عنه	٣٦٣
* عمر بن الخطاب رضي الله عنه	٣٦٣
* عمر بن عبدالعزيز رحمه الله	٣٦٣
المراجع العربية	٣٦٤
المراجع الأجنبية	٣٦٦
الفهرس	٣٦٧

عقان الإعلامية

مركز استطلاع رأي الجمهور

هاتف: ٤٧٧٧٤٢٨ - ٢٩١٣٥٦٨ - فاكس: ٢٩١٣٥٦٩

Email: info@alegan.com

يهمنا رأيكم ويسعدنا تواصلكم

■ رأيكم في الكتاب:

____

____

■ أبرز الإيجابيات:

____

____

____

____

■ الانتقادات والملحوظات:

____

____

____

____

■ نواقص تقترحون إضافتها:

____

____

____

____

____

الجنس: ☐ ذكر ☐ أنثى	العمر:	المؤهل العلمي:
الوظيفة:	الحالة الاجتماعية:	الجنسية:

للملحوظات والاقتراحات

د. محمد بن عبدالله الصغير

الرياض ١١٤٨٥ ص ب ٢١٥٢٥

كتب للمؤلف:

١ ـ دليل المتشابهات اللفظية في القرآن الكريم.

٢ ـ خمسون حالة نفسية (المجموعة الأولى / الثانيـة)

٣ ـ أنواع الحزن ودروب السعادة.

٤ ـ توعية المرضى بأمور التداوي والرقى ـ مباحث عقدية طبية.

٥ ـ المختصر في الأمراض النفسية.

د. محمد بن عبدالله الصغير

- استشاري الطب النفسي
- أستاذ مشارك بكلية الطب بجامعة الملك سعود بالرياض
- مختص بالطب النفسي في المجتمع
- له عدة أبحاث ومؤلفات في مجال تخصصه أختير على ضوئها في موسوعة Who's Who العالمية لعام ٢٠٠٢ - ٢٠٠٣م
- عضو في عدد من الجمعيات النفسية العالمية

كم من مزايا ومحاسن في شخصيتك تغفل عنها، وكم من عيوب فيك لا تعلمها، وكم من أعمال عملتها لم تكن تدرك دوافعك إليها

شخصية الذكر وشخصية الأنثى

الشخصية والنجاح

- الشخصية المحتالة
- الشخصية الانطوائية
- الشخصية المرتابة
- الشخصية الاعتمادية
- الشخصية الوسواسية

Egan Multi Media

عقان الإعلامية
هاتف: ٤٧٧٧٤٢٨
٢٩١٣٥٦٨
فاكس: ٢٩١٣٥٦٩
Email: info@alegan.com

ردمك: ٦ - ٩٥١ - ٣٩ - ٩٩٦٠

مطبعة سفير تليفون ٤٩٨٠٧٨٠ - ٤٩٨٠٧٧٦ الرياض
E. Mail: safir777press@hotmail.com